

# Осторожно – тонкий лед. Как спасти провалившегося в ледяную воду и не погибнуть самому

*Аномально теплая осень сменилась первыми заморозками. На реках и озерах установился первый лед – он кажется крепким, но на самом деле этот покров очень хрупок. Выходить на тонкий лед может быть смертельно опасно. По данным спасателей, чаще всего среди погибших оказываются рыбаки и дети, которые гуляют вблизи замерзших водоемов без присмотра родителей. Избежать происшествий можно, если соблюдать правила безопасности, убеждены сотрудники МЧС.*



Фото: 75.mchs.gov.ru

Выходя на лед нужно быть крайне внимательным. Безопасным для человека считается лед толщиной не менее 10 сантиметров в пресной воде и 15 см в соленой. В устьях рек и притоках прочность льда ослаблена. Лед непрочен в местах быстрого течения, бьющих ключей и стоковых вод, а также в районах произрастания водной растительности, вблизи деревьев и камыша. Если температура воздуха выше 0 градусов держится более трех дней, то прочность льда снижается на 25 %.

Прочность льда можно определить визуально: лед прозрачный голубого, зеленого оттенка – прочный, а прочность льда белого цвета в 2 раза меньше. Лед, имеющий оттенки серого, матово-белого или желтого цвета, является наиболее ненадежным. Такой лед обрушивается без предупреждающего потрескивания.

Никогда не отпускайте детей на лед (на рыбалку, катание на лыжах, коньках) без сопровождения взрослых.

### **Правила поведения на льду:**

– Нельзя выходить на лед в темное время суток и при плохой видимости (туман, снегопад, дождь).

– При переходе через реку следует пользоваться организованными ледовыми переправами.

– При вынужденном переходе водоема безопаснее всего придерживаться проторенных троп или идти по уже проложенной лыжне. Но если их нет, надо перед тем, как спуститься на лед, очень внимательно осмотреться и наметить предстоящий маршрут.

– Нельзя проверять прочность льда ударом ноги. Если после первого сильного удара поленом или лыжной палкой покажется хоть немного воды, — это означает, что лед тонкий, по нему ходить нельзя. В этом случае следует немедленно отойти по своему же следу к берегу скользящими шагами, не отрывая ног ото льда и расставив их на ширину плеч, чтобы нагрузка распределялась на большую площадь. Точно так же поступают при предостерегающем потрескивании льда и образовании в нем трещин.

– Оказавшись на тонком, потрескивающем льду, следует осторожно повернуть обратно и скользящими шагами возвращаться по пройденному пути к берегу.

– На замерзший водоем необходимо брать с собой прочный шнур длиной 20 — 25 метров с большой глухой петлей на конце и грузом. Груз поможет забросить шнур к провалившемуся в воду товарищу, петля нужна для того, чтобы пострадавший мог надежнее держаться, продев ее под мышки.

– При переходе водоема группой, необходимо соблюдать расстояние друг от друга (5–6 м).

– Замерзшую реку (озеро) лучше переходить на лыжах, при этом крепления лыж нужно расстегнуть, чтобы при необходимости быстро их сбросить; лыжные палки держать в руках, не накидывая петли на кисти рук, чтобы в случае опасности сразу их отбросить.

– Особенно осторожным нужно быть в местах, покрытых толстым слоем снега, в местах быстрого течения и выхода родников, вблизи выступающих над поверхностью кустов, осоки, травы, в местах впадения в водоемы ручьев, сброса вод промышленных предприятий.

– Если есть рюкзак, повесить его на одно плечо, что позволит легко освободиться от груза в случае, если лед провалится.

– При рыбной ловле на льду не рекомендуется делать лунки на расстоянии 5-6 метров одна от другой. Чтобы избежать беды, у рыбака должны быть спасательный жилет или нагрудник, а также веревка 15-20 м длиной с петлей на одном конце и грузом 400-500 г на другом.

– Надо знать, что человек, попавший в ледяную воду, может окоченеть через 10-15 минут, а через 20 минут потерять сознание. Поэтому жизнь пострадавшего зависит от сообразительности и быстроты действия спасателей.

– Запрещается выходить на лед в состоянии алкогольного опьянения, прыгать и бегать по льду, собираться большим количеством людей в одной точке, выходить на тонкий лед, который образовался на реках с быстрым течением.

### **Что делать, если Вы провалились под лед?**

– Не паниковать, не делать резких движений, стабилизировать дыхание.

– Широко раскинуть руки в стороны и постараться зацепиться за кромку льда, чтобы не погрузиться с головой.

– По возможности перебраться к тому краю полыньи, где течение не увлечет Вас под лед.

– Попытаться осторожно, не обламывая кромку, без резких движений, наползая грудью, лечь на край льда, забросить на него одну, а затем и другую ногу. Если лед выдержал, медленно, откатится от кромки и ползти к берегу.

– Передвигаться нужно в ту сторону, откуда пришли, ведь там лед уже проверен на прочность.

### **Оказание помощи пострадавшему, провалившемуся под лед:**

– Вооружиться любой длинной палкой, доской, шестом или веревкой. Можно связать воедино шарфы, ремни или одежду.

– Подползать к полынье очень осторожно, широко раскинув руки.

– Сообщить пострадавшему криком, что идете ему на помощь, это придаст ему силы, уверенность.

– Если Вы не один, то, лечь на лед и двигаться друг за другом.

– Подложить под себя лыжи, фанеру или доску, чтобы увеличить площадь опоры и ползти на них.

– За 3–4 метра протянуть пострадавшему шест, доску, кинуть веревку или шарф или любое другое подручное средство.

– Подавать пострадавшему руку небезопасно, так как, приближаясь к полынье, Вы увеличите нагрузку на лед и не только не поможете, но и сами рискуете провалиться.

– Осторожно вытащить пострадавшего на лед, и вместе с ним ползком выбираться из опасной зоны.

– Доставить пострадавшего в теплое (отапливаемое) помещение. Оказать ему помощь: снять и отжать всю одежду, по возможности переодеть в сухую одежду и укутать полиэтиленом (возникнет эффект парника).

– Вызвать скорую помощь – 112.

### **Оказание первой медицинской помощи пострадавшему:**

– При попадании жидкости в дыхательные пути, пострадавшему необходимо очистить полость рта, уложить его животом на колени так, чтобы голова свисала к земле и, энергично нажимая на грудь и спину, удалить воду из желудка и легких.

– Приступить к выполнению искусственного дыхания.

– Немедленно вызвать скорую медицинскую помощь.

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

– При температуре воды 24 °С время безопасного пребывания: 7-9 часов.

– При температуре воды 5-15 °С – от 3,5 часов до 4,5 часов.

– Температура воды 2-3 °С становится не безопасной для человека через 10-15 мин.

– При температуре воды минус 2 °С ооченение может наступить через 5-8 мин.

**Источник: МЧС Ярославской области, ВОСВОД России**