

## Опасный лед

Чаще всего люди оказываются на льду, когда переходят водоемы, чтобы сократить свой путь, или отправляясь на зимнюю рыбалку.

В устойчивую морозную погоду, когда температура не повышается больше минус пяти градусов, безопасным для движения одиночного перехода считается лед толщиной четыре-пять сантиметров. Восьмисантиметровый лед может выдержать двух стоящих рядом людей, 12 – 14-сантиметровый – пять-семь человек. Осенний лед безопасен для одного человека при толщине не меньше 10 сантиметров.

Наиболее прочен прозрачный лед с синеватым или зеленоватым оттенком, без воздушных пузырьков, образовавшийся в морозную, безветренную и без осадков погоду. Во время оттепели, изморози, дождя лед становится более белым и матовым, иногда приобретает желтоватый оттенок. Такой лед очень ненадежен. Без крайней необходимости не следует выходить на весенний, пористый лед.

Очень опасен осенний, ноздреватый лед, который представляет собой замерзший во время метели снег. На участки такого льда ступать нельзя ни в коем случае.

Молочный, белого или матового цвета, лед вдвое слабее прозрачного. Он образуется в результате смерзания снежинок во время обильного снегопада. Такой лед может проломиться без предостерегающего потрескивания.

Если поверхность льда не покрыта снегом, можно увидеть, как под ногами образуются мелкие, расходящиеся во все стороны радиальные трещины. Одновременно слышно негромкое похрустывание, напоминающее треск разошедшегося дерева. По такому льду можно идти лишь в самом крайнем случае если к радиальным трещинам добавляются еще и кольцевые, значит, прочность его на пределе, и он может проломиться в любой момент.

При характерном треске или проседании льда лучше сразу же вернуться назад. Возвращаться в подобных случаях допустимо только по собственным следам, не отрывая ног от поверхности льда. Это самый безопасный путь.

***Внимание! Если за вами затрепал лед и появились трещины, не пугайтесь и не бегите от опасности! Плавно ложитесь на лед и перекачивайтесь в безопасное место!***



Наиболее тонок и опасен лед под снежными сугробами, у обрывистых берегов, зарослей тростника, в местах впадения в вытекания из озер рек и ручьев, возле скал вмороженных в лед коряг, поваленных деревьев, досок и другого мусора,

в местах слияния нескольких потоков, то есть там, где вода беспокойна и поэтому замерзает гораздо позже, чем в местах с тихим, ровным течением.



**Будьте осторожны !  
Под снегом могут быть  
полыньи, трещины или  
лунки!**

В холодную погоду полынью, скрытую под снегом, иногда можно распознать по характерному «парению». А темное пятно на ровном снежном покрове может означать, что в этом месте лед более тонок, чем вокруг.

Выходить на берег и особенно спускаться к реке следует в местах, не покрытых снегом. В противном случае, поскользнувшись и раскатившись на склоне, можно угодить даже в видимую полынью, так как затормозить скольжение на льду бывает очень трудно.

При выборе пути никогда не «вспахивайте целину», не ищите новых путей, идите по натоптанным до вас тропам и дорожкам. Люди лучше знают, где идти безопасней. А главное, на тропах лед толще, так как в этом месте его постоянно наращивали, утрамбовывая снег.

Используйте только найденные тропы на льду. При их отсутствии, стоя на берегу, наметьте маршрут движения, возьмите с собой крепкую длинную палку, обходите подозрительные места.



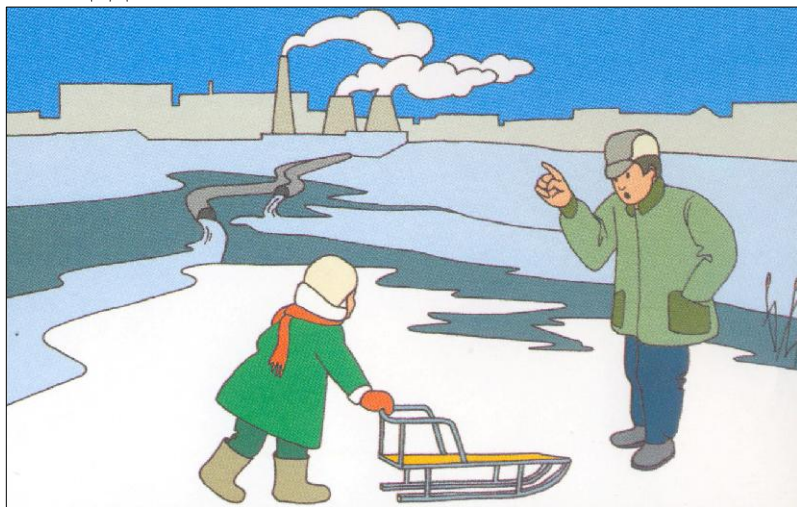
**Не выходите на лед в  
одиночку! Не проверяйте  
прочность льда ногами!  
Будьте внимательны,  
осторожны и готовы в любую  
минуту к опасности!**

На лед нужно выходить в светлое время суток, ступать по нему следует осторожно, обходить все подозрительные места.

**Внимание!**  
*В таких местах под снегом могут быть глубокие трещины и разломы.*



Очень непрочным лед бывает в местах стоков в реку промышленных вод. Указать на них может возвышающаяся над берегом сливная труба, пятна открытой воды, пар, зеленая на фоне снега растительность, более обильные, чем в других местах, заросли камыша... От таких мест лучше держаться подальше, так как лед может быть подтоплен теплыми течениями на гораздо большей, чем видно, площади.



**Осторожно!**  
*В этих местах даже после сильных морозов слабый лед!*

**Помните!**  
*Быстрое оказание помощи попавшим в беду возможно только в зоне разрешенного перехода!*



На тонком льду не следует собираться большими группами в одном месте.  
Не стоит сверлить много лунок в одном месте, особенно на выдающихся в воду мысках.

На подледной рыбалке **ЗАПРЕЩАЕТСЯ:**

- пробивать рядом много лунок;
- скапливаться большими группами на «уловистом» месте;
- пробивать лунки на переездах и переправах;
- располагаться у края льда.



*Во время зимней рыбалки думайте прежде всего о безопасности и только потом об улове !*

По льду, прочность которого сомнительна, идти следует по одиночке, сохраняя интервал между людьми не менее пяти метров. Первым, налегке, протрупувая и простукивая лед палкой, должен идти наиболее опытный.

Если у вас за спиной рюкзак, одну лямку следует снять, чтобы иметь возможность мгновенно избавиться от него. Или волочить в нескольких метрах за собой на веревке.

Крепления на лыжах надо расстегнуть, руки из петель лыжных палок вытащить. Не лишним будет переложить из карманов тяжелые предметы в сумку, чтобы при проваливании под лед они не тянули вас вниз.

Идти по льду следует осторожно, скользящим шагом, мягко ставя ногу на всю ступню.

*Передвигаясь по льду будьте всегда готовы немедленно освободиться от груза !*



Чрезвычайно опасным и регулярно повторяющимся является отрыв прибрежных льдов вместе с рыболовами. Этому способствует большое скопление людей, уменьшение прочности льда в результате пробивания множества лунок, природные факторы, пренебрежение мерами безопасности и предупреждениями специалистов. В случае отрыва льда с людьми необходимо: сохранить спокойствие, исключить панику, организовать подачу сигналов о помощи, обеспечить взаимовыручку и поддержку.

Собираясь на зимнюю рыбалку, нужно прослушать прогноз погоды, специальные сообщения. Не окажутся лишними спасательный пояс, жилет или веревка длиной 15-20 метров.

***Всегда имейте под рукой веревку 12-15 метров. Держите рядом с лункой доску или большую ветку.***



В изгибах рек надо стараться держаться как можно дальше от обрывов: там течение быстрое, беспокойное, лед тоньше и промерзает неравномерно. Весной лед наиболее опасен на участках, густо заросших осокой, у затопленных кустов.



***Осторожно! Лед между островами и лесами опасен всегда! Не ловите рыбу далеко от берега, какого бы клева там не было.***

Отдельное пожелание любителям подледной рыбной ловли. Не выходите на тонкий осенний и весенний лед! Вы рискуете превратить воскресное развлечение в автономное плавание! Каждый год спасатели и военные проводят операции по эвакуации рыбаков со льдин.

**При крайней необходимости проходите опасные места только со страховкой! Передвигайтесь скользящим шагом!**



Выходя на опасный лед, обязательно прихватите с собой полиэтиленовую пленку, которая от непогоды защитит и в качестве плавсредства сгодится. По возможности какую-нибудь пиротехнику (хоть даже что-нибудь из праздничных фейерверков), чтобы иметь возможность дать сигнал спасателям. Не помешал бы спасжилет, так как зимняя одежда тянет на дно.

**При резком изменении погоды, особенно изменении направления ветра, лучше выбираться на берег. И очень быстро, если ветер задул от берега!**

В момент, когда льдину оторвало от берега, у вас есть шанс перескочить на берег. Надо только очень быстро соображать и быстро действовать. Вначале льдина движется медленно, но **ОЧЕНЬ СКОРО НАБЕРЕТ СКОРОСТЬ, И ТОГДА ТРЕЩИНА УВЕЛИЧИТСЯ!** Здесь промедление смерти подобно! Поэтому глубина «по пояс» и даже «по грудь» не должна останавливать вас. Лучше промокнуть здесь, чем утонуть там!



**Не прыгайте на оторвавшуюся льдину. Она может не выдержать ваш вес и перевернуться.**

При проламывании льда необходимо быстро освободиться от сумок, лечь на живот, широко раскинув руки, и попытаться выползти из опасной зоны. Двигаться нужно только в ту сторону, откуда вы пришли!

Если человек оказался в воде, он должен избавиться от всех тяжелых вещей и, удерживаясь на поверхности, попытаться вылезти на крепкий лед. Проще всего это сделать, втыкая в лед перочинный нож, острый ключ и пр. В идеале во время перехода через зимний водоем необходимо иметь под руками какой-нибудь острый предмет.

Из узкой полыньи надо «выкручиваться», перекатываясь с живота на спину и одновременно выползая на лед. В большой полынье взбираться на лед надо в том месте, где произошло падение. В реках с сильным течением надо стараться избегать навалы (откуда уходит вода), чтобы не оказаться втянутым под лед. Как бы ни было сложно выбраться из полыньи против течения, делать это следует там или сбоку. Если лед слабый, его надо подламывать до тех пор, пока не встретится твердый участок.

Самое главное, когда вы провалились под лед, - **сохранять спокойствие и хладнокровие**. Даже плохо плавающий человек некоторое (иногда довольно продолжительное) время может удерживаться на поверхности за счет воздушной подушки, образовавшейся под одеждой. И лишь по мере намокания одежды человек теряет дополнительную плавучесть. Этого времени обычно хватает, чтобы выбраться из полыньи.

При этом следует помнить, что наиболее продуктивны первые минуты пребывания в холодной воде, пока еще не намокла одежда, не замерзли руки, не развились характерные для переохлаждения слабость и безразличие.

*Не поддавайтесь панике!  
Наползайте на лед с широко  
расставленными руками.  
Делайте попытки еще и еще.*



Оказывать помощь провалившемуся под лед человеку следует только одному, в крайнем случае, двум его товарищам. Скапливаться на краю полыньи всем не только бесполезно, но и опасно.

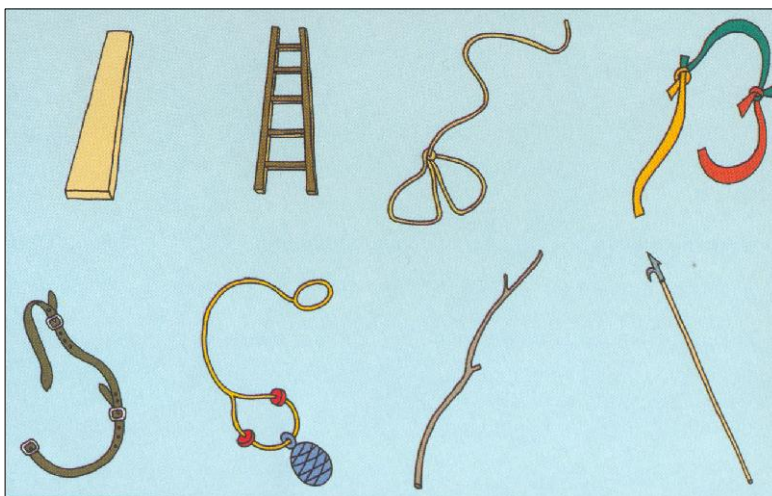


*При спасении действуйте  
быстро, решительно, но  
предельно осторожно. Громко  
подбадривайте спасаемого.  
Подавайте спасательный  
предмет с расстояния 3-4  
метра.*

Оказывающий помощь человек должен лечь на живот, подползти к пролому во льду и подать пострадавшему конец веревки, длинную палку, ремень, связанные шарфы, куртки и т.п. При отсутствии всяких средств спасения допустимо нескольким людям лечь на лед цепочкой, удерживая друг друга за ноги, и так, ползком, подвинувшись к полынье, помочь пострадавшему.

**Спасательные предметы, с помощью которых можно помочь провалившемуся под лед:**

- доска
- лестница
- веревка с петлями на концах
- связанные шарфы
- связанные ремни
- конец Александра
- большая ветка
- багор



Во всех случаях при приближении к краю полыньи надо стараться перекрывать как можно большую площадь льда, расставляя в стороны руки и ноги и ни в коем случае не создавать точечной нагрузки, упираясь в него локтями или коленями.

Когда спасающий действует в одиночку (без спасательных средств), то приближаться к провалившемуся под лед человеку целесообразней ползком ногами вперед, втыкая в поверхность льда острые предметы. Если тянуть к потерпевшему руки, то он может стащить за них не имеющего опоры спасателя в воду. После того как пострадавший ухватится за ногу или за поданную ему веревку, надо, опираясь на импровизированные ледорубы, отползти от полыньи. Если есть длинная веревка, лучше заранее подвязать ее к стоящему на берегу дереву и, обеспечившись, таким образом, гарантированной опорой, ползти к полынье.

Помощь человеку, попавшему в воду, надо оказывать очень быстро, так как даже 10 – 15-минутное пребывание в ледяной воде может быть опасно для жизни.

**Справка.** *Что испытывает человек, неожиданно оказавшийся в ледяной воде? У него перехватывает дыхание. Голову будто сдавливает железный обруч. Сердце начинает сильно стучать, артериальное давление подскакивает 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 этого тепла становится недостаточно, чтобы компенсировать теплопотери, и организм вновь начинает охлаждаться.*

Человека, вытасченного из воды, надо немедленно переодеть в сухую одежду и обувь, дать что-нибудь сладкое и заставить активно двигаться до тех пор, пока он окончательно не согреется.





*Дайте пострадавшему часть своей одежды. Разведите костер и обогрейте пострадавшего. Вызовите спасателей или «скорую помощь».*

*Выбравшись из проруби, снимите, тщательно отожмите и снова наденьте одежду. Бегом следуйте к ближайшему населенному пункту.*

*Вызовите спасателей или «скорую».*



**Охлаждение** бывает общим и локальным. Общее охлаждение является следствием длительного воздействия холода на организм. Локальное охлаждение возникает при кратковременном воздействии холода на отдельные, как правило, незащищенные участки тела. В этих условиях организм автоматически увеличивает выделение тепла. Когда количество вырабатываемого организмом тепла меньше, чем то, которое расходуется, начинается процесс охлаждения. На холод организм реагирует путем прекращения потоотделения, образования «гусиной» кожи, сужения кровеносных сосудов на поверхности кожи, что обеспечивает сохранение теплой крови внутри.



Характерными признаками сильного охлаждения являются: дрожь, бледность кожи, скованность движений, апатия, редкое, поверхностное дыхание, слабый пульс, желание сгруппироваться, прижать руки и ноги к туловищу, «сжаться», сонливость, потеря сознания.

Чрезвычайную опасность для развития переохлаждения

представляет одновременное воздействие на человека отрицательной температуры воздуха, повышенной влажности и ветра.

Основными признаками переохлаждения являются: понижение температуры тела ниже  $36^{\circ}\text{C}$ , снижение частоты сердечных сокращений, нарушение ритма дыхания, появление чувства усталости, сонливость, замедление речи, нарушение памяти, посинение кожных покровов, утрата двигательной активности, потеря сознания.

Основные профилактические мероприятия по предупреждению переохлаждения, замерзания и обморожения.

- ⊕ *правильный подбор одежды, обуви, продуктов питания;*
- ⊕ *сокращение до минимума времени воздействия холода на открытые участки тела;*
- ⊕ *активные постоянные движения;*
- ⊕ *контроль за открытыми участками тела, умение распознавать начало процесса обморожения, принять необходимые меры по оказанию помощи;*
- ⊕ *согревание открытых холодных участков тела путем их контакта с теплыми частями тела: вложить руки под мышки или между ног, положить руку на ухо, нос щеку.*

## **ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ОБМОРОЖЕНИИ**

✓ *Прекратите воздействие холода путем размещения пострадавшего в тепле.*

✓ *Согрейте обмороженный участок тела, восстановите кровообращение путем отогревания, массажа до покраснения кожи, обретения ею чувствительности, появления возможности двигать пальцами. Примите теплые напитки: чай, молоко, бульон.*

✓ *Если в течение нескольких минут кожа не приобретает нормальный вид, то необходимо поместить пораженную часть в теплую воду с последующей обработкой кожи спиртом и наложении утепляющей повязки.*

✓ *В случае появления на теле водянистых пузырей накройте их салфеткой (повязкой) после обработки спиртом.*

✓ *Пораженную конечность укутайте теплой тканью, приподнимите, зафиксируйте, что обеспечит уменьшение отека.*

✓ *Дайте обезболивающие средства: компламин, трентал, гидрокортизон, гепарин.*

✓ *При необходимости отправьте пострадавшего в лечебное учреждение, тщательно укутав его в теплые вещи. Во время транспортировки ведите контроль за состоянием пострадавшего.*

Если проведение выше описанных мероприятий не принесло ожидаемого эффекта, пораженные участки остались холодными и синими, пострадавшего необходимо срочно доставить в больницу, чтобы предотвратить дальнейшее отмирание тканей и гангрену.

При оказании первой помощи **ЗАПРЕЩАЕТСЯ** растирать пораженные участки снегом, смазывать их жирными мазями, интенсивно отогревать.