

Красивый гладкий лед — важная часть зимнего очарования... И он таит в себе множество опасностей. Чтобы катание на коньках, прогулки у берегов прудов или зимняя рыбалка не обернулись трагедией, важно помнить ряд правил, одобренных МЧС России. Конечно, они могут показаться банальными, но они действительно могут спасти жизнь.

КАК ОПРЕДЕЛИТЬ, БЕЗОПАСЕН ЛИ ЛЕД ДЛЯ ПРОГУЛКИ

- Можно выходить на лед, только если его толщина не менее 10 сантиметров в пресной воде и 15 сантиметров в соленой. Определить это можно визуально: самый прочный лед имеет синеватый или зеленоватый оттенок, а вот матово-белый, серый или желтоватый лучше обойти стороной, он обрушится после первого же потрескивания.
- Проверять прочность льда ударом ноги нельзя, лучше использовать палку или пешню (лом для создания прорубей).
- Если на каком-то этапе пути лед начинает трескаться или из-под него проступает вода, нужно сразу же вернуться к берегу по пройденному вами же пути.
- Самые опасные участки льда — места рядом с торчащей растительностью, сваями, деревьями и камышами, а также зоны быстрого течения, бьющих ключей и стоковых вод.
- Выходить на замерзший водоем при нулевой температуре нельзя: если температура воздуха выше 0 °С градусов держится более трех дней, лед становится на 25% менее прочным.

ПРАВИЛА ЗИМНЕЙ ПРОГУЛКИ ПО ЛЬДУ

- Ни в коем случае нельзя выходить на лед в темное время суток и при плохой видимости (при тумане, снегопаде или дожде).
- Категорически нельзя выходить на лед в состоянии алкогольного опьянения.
- Ни в коем случае нельзя отпускать детей на лед одних, без присмотра.
- Безопаснее всего идти по проторенной тропе или проложенной лыжне. Если же их нет, перед тем как спуститься на лед, нужно внимательно осмотреться и наметить примерный маршрут.

• При переходе замерзшего водоема группой следует находиться в пяти-шести метрах друг от друга. Собираться группой на небольшом участке льда нельзя.

• При переходе через замерзшую реку лучше всего воспользоваться специальной ледовой переправой. Если такой нет, лучше перейти на лыжах. Двигаться нужно размеренно; бегать, разумеется, нельзя. Лыжные палки надо держать в руках, не надевая петли на кисти рук, а крепления лыж нужно расстегнуть, чтобы в крайнем случае можно было сразу их отбросить.

• Если вы взяли с собой рюкзак, повесьте его на одно плечо: так будет легче избавиться от груза, если лед под вами провалится.

• Нельзя идти по льду, засунув руки в карманы.

ПРАВИЛА ЗИМНЕЙ РЫБАЛКИ: ЧЕГО НЕЛЬЗЯ ДЕЛАТЬ НИ В КОЕМ СЛУЧАЕ

• Бурить много лунок на одном месте: это может ослабить лед. Также не следует бурить лунки на темном или водянистом льду.

• Собираться большими группами рыбаков на одном месте.

• Пробивать лунки на переправах.

• Рыбачить у промоин (полыней, образованных водой, размывающей лед).

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ ПРОВАЛИЛИСЬ ПОД ЛЕД

• Сразу зовите на помощь.

• Не делайте лишних движений, дышите ровно.

• Широко протяните руки к кромке льда, чтобы зацепиться за нее и не погрузиться в воду с головой.

• Если это возможно, передвиньтесь к дальнему от течения краю полыньи.

• Попытайтесь без резких движений и не обламывая кромку, выбраться из полыньи, наползая грудью на лед и попеременно вытаскивая на поверхность ноги, широко их расставив.

• Аккуратно постарайтесь выбраться из полыньи, перекатываясь, а затем двигаясь ползком в сторону начала вашего пути (к берегу).

КАК СПАСТИ ЧЕЛОВЕКА, ПРОВАЛИВШЕГОСЯ ПОД ЛЕД

- Нужно сразу крикнуть пострадавшему, что вы идете ему на помощь.
- Возьмите с собой любой длинный предмет (желательно, ремень или шарф). В идеале, на каждую зимнюю прогулку по льду следует брать прочный шнур длиной 20–25 метров с грузом (для броска) и петлей на конце (чтобы пострадавший мог держаться, продев ее под мышки).

- Приблизьтесь к полынье (важно: не пешком, а ползком, широко раскинув руки).

- Чтобы увеличить площадь опоры, можно подложить под себя лыжи, фанеру или доску.

- Бросьте за три-четыре метра от пострадавшего подручное средство. С его помощью вытащите человека и двигайтесь по льду к берегу (так же ползком и тем же путем, каким вы добирались до полыньи).

- Главное — соблюсти баланс: двигаться быстро, но спокойно, не паникуя.

ПРАВИЛА ОКАЗАНИЯ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ ЧЕЛОВЕКУ, ПРОВАЛИВШЕМУСЯ ПОД ЛЕД

- Немедленно вызовите скорую медицинскую помощь и обратитесь за помощью в МЧС России по номеру мобильного телефона «112».

- Если вода попала в желудок и легкие пострадавшего, необходимо вылить жидкость из его рта, уложить его животом на колени (так, чтобы голова свисала к земле) и энергично нажимать на грудь и спину.

- Если пострадавший без сознания, нужно сделать ему искусственное дыхание (оптимальный ритм — 16–18 дыханий в минуту).

- С пострадавшего нужно снять всю одежду. Если нет сухой на замену, отожмите ту, что есть, и наденьте. В идеале — укутать человека полиэтиленом или одеялом (для сохранения тепла). Предварительно можно растереть его тело смоченной в водке или спирте суконкой (тканевой тряпкой), если вы взяли ее с собой.

• Человека, провалившегося под лед, нужно как можно быстрее доставить в теплое помещение; там — тепло укрыть, обложить грелками и напоить чаем (алкоголь пострадавшему нельзя давать ни в коем случае!).

• Подготовьте потерпевшему теплую (важно: не горячую!) ванну. Резкий перепад температур может нанести большой вред организму. Оптимальный вариант первоначальной температуры воды — 22–24 °С; затем ее нужно постепенно доводить в течение 20–30 минут (до 35 °С, но не выше 40 °С).