Что делать, если вы провалились под лед?



Самое главное, если вы провалились спокойствие сохранять ПОД плохо хладнокровие. Даже плавающий человек некоторое время тэжом на поверхности удерживаться 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.

Постарайтесь дышать медленно и глубоко. Широко раскиньте руки в стороны и постараться зацепиться за кромку льда, чтобы не погрузиться с головой.

Повернитесь в ту сторону, откуда пришли. Лёд был достаточно прочным в этом направлении до аварийного участка. Значит, он должен выдержать вас и на обратном пути. У вас нет времени на проверку других маршрутов.

Попытайтесь 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, откатитесь от кромки и ползите к берегу.

Первая помощь провалившемуся под лед:

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.

Оказывающий помощь человек должен лечь на живот, подползти к пролому во льду и за 3-5 м до него кинуть 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.

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

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

СПб ГКУ «Пожарно-спасательный отряд по Красносельскому району СПб» ОНДПР Красносельского района