



## ***Осторожно тонкий лёд!***

Ноябрь. Но на реках и озерах появился лёд. Но лёд ещё не окреп и может проломиться под тяжестью человека.

Провалившись под лёд люди, оказываются в экстремальной ситуации. Чтобы этого не произошло, рыбакам, охотникам, да и просто желающим прогуляться по осеннему льду, необходимо соблюдать меры предосторожности.

Прежде чем ступить на лёд, необходимо осмотреться. Опасные места, как правило, темнее основного льда. Но самым опасным считается полоса «примыкания» льда к суше, где часто встречаются трещины. Также, подо льдом может скопиться воздух, который снижает его прочность.

Лучше всего переходить замерзшие водоемы на лыжах. Пересекать речку или озеро по льду безопаснее вдвоем, идя с интервалом в несколько метров друг от друга и след в след. Если же вы один, то постарайтесь вооружиться прочным шестом. В случае падения в воду он поможет вам вытащить ноги на поверхность. После этого необходимо «перекатиться» на прочный лёд подальше от полыни.

Но не всегда под рукой такое оснащение. Поэтому если все-таки вы внезапно оказались в холодной воде, то главное - не паниковать! Нужно сразу широко расставить руки, избегая тем самым погружения под воду с головой. По возможности переместиться к тому краю полыни, где течение, по-вашему, не затягивает под лёд. Если рядом никого нет, не кричите - вы только потратите силы. Лучше, не обламывая кромку и не делая резких движений, выбраться на твердый лёд. Важно «забросить» на его край ноги. Главная тактика здесь –

перенести тяжесть тела на широкую площадь опоры, а затем, не поднимаясь, переместится вбок. Выплеснувшаяся из пролома вода быстро делает лед скользким и затрудняет работу рук. Некоторые рыболовы носят для этого с собой пару больших гвоздей. При помощи их легче подтягиваться.

Если на ваших глазах человек провалился под лед – немедленно крикните ему, что идете на помощь. Это его успокоит и придаст силы. Приближаться к полынье можно только ползком, иначе в воде окажетесь оба. Лучше под себя подложить, скажем, лыжи, палки – для увеличения площади опоры.

Бросать тонущему веревку, связанные ремни, шарфы, а так же санки, лыжи или длинномерные предметы нужно за три – четыре метра до полыньи. Подползать к краю ее недопустимо. Когда у вас есть помощники, то все ложатся на лёд цепочкой и, взяв один другого за ноги, продвигаться к пролому.

Действовать надо решительно и как можно быстрее. Пострадавший быстро «коченеет» в ледяной воде, а намокшая одежда тянет его вниз. Сильное охлаждение организма наступает после 10-15 минутного пребывания в проруби. Наилучший способ согреть человека – снять с него мокрую одежду, раздеться самому и лечь рядом в спальный мешок. Дать горячее питье. Алкоголь категорически исключается, ибо расширяет периферические кровеносные сосуды, а температура тела продолжает падать. Хорошо, если есть полиэтиленовая пленка. Ею можно укатать человека, получается так называемый парниковый эффект. И постарайтесь побыстрее доставить пострадавшего до теплого помещения или, до прибытия техники, оборудовать шалаш из веток, полиэтилена или верхней одежды.

Учитывая эти рекомендации можно себя обезопасить на льду, а к родителям просьба – не оставлять детей одних вблизи водоемов.

**Отдел по делам ГО и ЧС  
Администрации города Когалыма**