Спасатели предупреждают: выходить на лёд опасно

Если возникла угроза провалиться под лед:

Если вы чувствуете, что лед под вами начинает трескаться, необходимо медленно и аккуратно вернуться в ту сторону, с которой вы пришли. Ни в коем случае нельзя быстро бежать по льду. Такое поведение может лишь спровоцировать быстрый раскол поверхности, и вы провалитесь под лёд.

Если вы все-таки провалились под лед:

В первую очередь – не паникуйте. Есть шанс, что вас услышат – зовите на помощь. Постарайтесь держаться на плаву. Не пытайтесь судорожно выбраться: поскольку лед непрочный, вы будете его только обламывать. Передвигайтесь к тому краю полыньи, откуда идет течение. Добравшись до края, постарайтесь налечь грудью на край льда и, закинув ногу, выбирайтесь на лед. Не оставляйте попыток выбраться, даже если лед ломается. После того, как основная часть туловища окажется на льду, откатитесь подальше от полыньи. Медленно и осторожно ползите до безопасного места, отталкиваясь руками и ногами.

Помните! В ледяной воде достаточно провести несколько минут, чтобы организм был охлажден до того состояния, из которого уже невозможно восстановление жизненно важных функций организма.

Если вы стали очевидцем ситуации, когда человек провалился под лед – не оставайтесь безучастным. Фраза «спасение утопающих – дело рук самих утопающих» - эгоистична и нечеловечна. Однако, чтобы помочь человеку необходимо знать следующее. Ни в коем случае нельзя приближаться к краю проруби. Для спасения можно использовать палку или элемент одежды. Необходимо лечь на живот, протянуть палку или одежду пострадавшему так, чтобы он схватился за нее. Действовать нужно быстро и без суеты. Вытянув пострадавшего из проруби как можно быстрее, отнесите его в безопасное место и вызовите скорую медицинскую помощь.

В ожидании приезда профессионалов необходимо оказать первую помощь. По возможности снимите с пострадавшего мокрую одежду, заверните в одеяло. Если есть горячее питье – напоите его. Нельзя погружать человека в горячую ванную. Такой резкий перепад температур тяжело выдержать даже здоровому сердцу. Погрузите его в теплую воду, лучше всего, если вода будет температуры тела (около тридцати семи градусов). Потом, по степени отогревания пострадавшего возможен небольшой подогрев воды.

Даже если пострадавший уверяет, что чувствует себя хорошо и его ничего не беспокоит, скорую помощь вызывать нужно. Дело в том, что после шокового состояния и всего пережитого человек может просто не чувствовать каких-либо изменений в организме. В данной ситуации осмотр врача, его обследование и измерение наиболее важных показателей жизнедеятельности организма являются просто необходимыми. Ведь очень часто люди, провалившись под лед, погибают даже после того, как их уже спасли, именно из-за переохлаждения и отказа жизненно важных органов.