

## **Напоминаем правила безопасности при выходе на лед, правила спасения и оказания первой помощи**

### **Правила безопасности при выходе на лед.**

Большой популярностью среди рыбаков пользуется зимняя, подледная рыбалка. Главная ее особенность заключается в том, что она проводится в холодное время года, на льду.

Основное внимание при этом должно быть уделено профилактике охлаждения и переохлаждения организма, предотвращению случаев переламывания льда и попадания человека в холодную воду. Особенно надежно нужно защищать от холода ноги, поясницу, голову, шею, кисти рук. Важным элементом зимней рыбалки является надежное и теплое сиденье, ветрозащитное приспособление, термос с горячим чаем.

Факторами риска, вызывающими переохлаждение и обморожение, могут быть:

- тесная и сырая одежда и обувь;
- физическое переутомление;
- длительное неудобное и неподвижное положение тела на холоде;
- ослабление организма в результате перенесённых заболеваний;
- сильный ветер;
- высокая влажность воздуха;
- полученные травмы;
- алкогольное или наркотическое опьянение и др.

Перед тем как идти на рыбалку необходимо выяснить прогноз погоды. В случае неблагоприятных погодных условий советуем поберечь здоровье и остаться дома.

На лед нужно выходить в светлое время суток, ступать по нему следует осторожно, обходить все подозрительные места. При движении по льду группой нужно соблюдать дистанцию между идущими 5-6 метров, не спешить и не скапливаться большими группами в одном месте. В случае потрескивания льда следует вернуться назад тем же путем, делая скользящие движения ногами, не отрывая их от поверхности льда.

Лед толщиной 5 см выдерживает нагрузку одного человека, 8 см – двух рядом стоящих, 12 см – семерых стоящих рядом людей.

Непрочный лед бывает в местах быстрого течения реки, вблизи выступающих на поверхность кустов, камыша, осоки, деревьев, в местах впадения водных потоков в водоемы, выхода родников, слива сточных вод, заготовки льда, у прорубей и лунок.

Нередко рыбаки выбуривают во льду лунки и не огораживают их. За ночь отверстие лунки затягивает тонким льдом, запорашивает снегом и ее трудно заметить. Такие места наиболее опасные. Каждому рыболову необходимо иметь с собой шнур длиной 12— 15м, на одном конце которого крепится груз весом 400— 500г, а на другом — петля.

В ветреную погоду, во время снегопада, сильного мороза рыболовы устраивают на льду временное укрытие из брезента, плотной ткани, пленки. Для обогрева используется открытый огонь: свеча, сухой спирт, лампа, костер. Поскольку процесс горения происходит в замкнутом, ограниченном пространстве, это приводит к быстрому сокращению количества кислорода в воздухе, скоплению углекислого газа и дыма. Находиться в подобных условиях опасно ввиду возможного отравления организма.

### **При подледной рыбалке ЗАПРЕЩАЕТСЯ:**

- пробивать рядом много лунок;
- скапливаться большими группами на «уловистом» месте;
- пробивать лунки на переездах и переправах;
- располагаться у края льда;
- выезд на автомобиле на лед;
- употреблять спиртные напитки.

### **Правила спасения на льду.**

Если Вы стали очевидцем, как человек провалился под лед, следуйте следующим рекомендациям:

- немедленно крикните ему, что идете на помощь,
- сообщите о произошедшем в службу спасения,
- оказывающий помощь должен обвязаться веревкой, предварительно закрепив ее на берегу,
- приближаться к провалившемуся под лед нужно лежа с раскинутыми в стороны руками и ногами из-за опасности самому попасть в полынью,
- подложите под себя лыжи, фанеру или доску, чтобы увеличить площадь опоры и ползите на них,
- если под рукой имеются доски, лестницы, шесты или другие предметы, то их надо использовать для оказания помощи,
- когда нет никаких подручных средств для оказания помощи, то два-три человека ложатся на лед и цепочкой продвигаются к пострадавшему, удерживая друг друга за ноги, а первый подает пострадавшему связанные ремни или одежду,
- к самому краю полыни подползть нельзя, иначе и сами окажитесь в воде. Оказывающий помощь приближается к пострадавшему на расстояние, позволяющем подать веревку, пояс, багор или доску. Затем отползает назад, и постепенно вытаскивает пострадавшего на крепкий лед,
- когда есть промоины или битый лед, необходимо использовать спасательные шлюпки, для продвижения её вперед используются кошки и багры,
- действуйте решительно и быстро, пострадавший коченеет в ледяной воде, намокшая одежда тянет его вниз,
- Подав пострадавшему подручное средство, вытащите его на лед и ползком двигайтесь от опасной зоны.

### **Первая помощь при обморожении**

- обмороженный участок растереть водкой (но не спиртом, так как при испарении он сильно охлаждает поверхность кожи!) или отогреть его (по возможности) в теплой воде;
- можно проводить лёгкое растирание, но только рукой, а не грубыми шерстяными тканями или снегом, так как имеется возможность повреждения кожи, после чего откроется доступ микроорганизмам, вызывающим нагноение;
- на пострадавший участок наложить повязку;
- при появлении на обмороженном участке пузырьков растирать кожу не рекомендуется. В этом случае первая помощь заключается в наложении на обмороженное место повязки и доставки пострадавшего в медучреждение.

*СПб ГКУ «ПСО Петроградского района»*