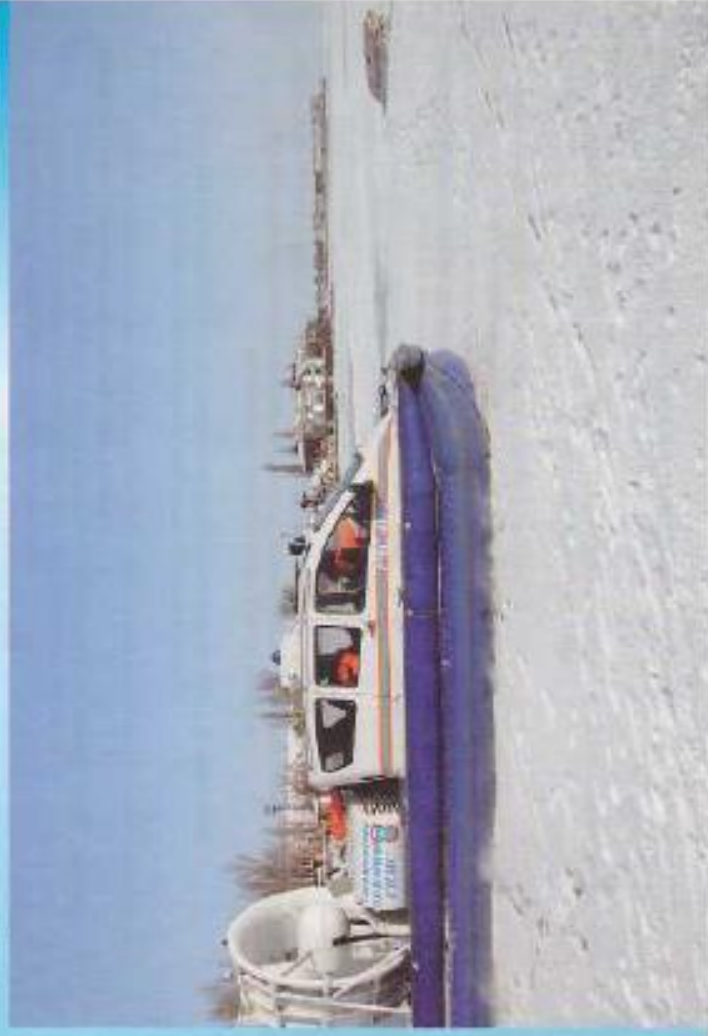


ФКУ «Центр ГИМС МЧС России  
по Ростовской области»



**ПАМЯТКА**  
**о мерах безопасности**  
**на водных объектах**  
**в зимний период**

г. Ростов-на-Дону  
ул. Таганрогская, 110А  
тел.: 8(863) 295-84-18



## Меры безопасности на льду?

Эльза Буржуазова.

Безопасным для человека считается лед толщиной не менее 10 см, в проточной воде и 15 см в озерах;

в устьях рек и притоках прочность льда ослаблена. Лед непрочен в местах быстрого течения, быстрой смены вод, а также в районах протарасивания водной растительности, обильно заросших кустами и кувшинами;

если температура воздуха выше 0 градусов держится более трех дней, то прочность льда снижается на 25%;

прочность льда можно определить визуально: лед голубого цвета - прочный, белого - прочность его в 2 раза меньше; серый, матово-белый или с желтоватым оттенком - лед ненадежен.

### При переходе по льду необходимо:

При переходе по льду необходимо пользоваться оборудованными переносными или провисными тросами. При их отсутствии, прежде чем двигаться по льду, следует наметить маршрут и убедиться в прочности льда с помощью палки, пешни. Если пешня проваливается, или в месте удерживания пешни лед трескается, нужно немедленно поворачиваться к берегу по своим же следам, если первая пешня без опоры легла от прочности льда.

Во время движения по льду следует обращать внимание на его прочность, обходить впадины и углубления, покрывать толстым слоем снега. Особую осторожность необходимо проявлять в местах, где быстрее течет вода; растительность; выступавшие на поверхность кусты, трава; впадины в водном русле и выходящая стоячая вода.

При переходе по льду необходимо избегать круг за кругом на расстоянии 5 - 6 метров друг от друга; быть готовым оказать немедленную помощь падающему вперед.

Нельзя кататься и собираться группами на толстом льду, особенно если он заледорезел снегом.

Опасно приваливать обвалы на лед, когда находится в его крепости.

Во время работы лодки нельзя пробивать ямало-лунок на открытой льде, ямало-лунок, собиравшихся в больших группах.

### Если случившись беда:

Что делать, если вы провалились в одиночку по льду.

Не паникуйте, сделайте резких движений, стабилизируйте дыхание.

Раскатыйте руки и ноги и постарайтесь зацепиться за край льда, протая льда, протая льду сорвантывайте; дождитесь, пока вы сможете вылезти на берег.

Помытайтесь осторожно лезть, гнать ла и забросить олову, а логом и другой попуту палку.

Если лед выдержал, перекачались, медленно ползите к берегу.

Ползите в сторону от края провала, если он зыблется уже промерз на прочную ль.

### Если вы провалились во время метели:

При проваливании в снежную бурю необходимо вылезти по возможности олен и дырку, чередуя олен локтя. Уберитесь в бакачев и подоконники метели, чтобы из не удалось загнать льдом потахам.

Помытайтесь в среднем и нижнем отделе метели.

Подготовьте лопату для уборки снега.

Во время метели старайтесь не вылезать из льда.

Если вы провалились в узком месте (защелка, запертая), попробуйте вылезти из под льда, если возможно. В том случае, если вы не можете вылезти, попробуйте другим предпринять меры для быстрого выхода из запертого места.

Если вы провалились в глубокой дырке, попробуйте в первый попавшийся лед и вылезти, если это возможно, и вылезти из ледяной дырки.

### Если нужна ваша помощь:

Помытайтесь палкой, лопатой, пешней или веревкой. Можно связать веревку палкой, ремень или олову.

Следует пользоваться широким расставленным при этом руками и ногами и толкать себя с помощью веревки, осторожно двинуться во направлении к спасению.

Остановитесь от нахождения в воде человека в лесных местах, бросьте ему веревку, веревку, лопатку, пешню или олову.

Осторожно вытаскивайте пострадавшего по лодке и вместе с лодкой поворачивайте из опасной зоны.

Помытайтесь в сторону от опасной зоны.

Осторожно вытаскивайте пострадавшего по льду и вместе с лодкой поворачивайте из опасной зоны.

### Как действовать при обморожении:

Обморожение конечностей можно при длительном нахождении человека в результате низкой температуры воздуха, при переохлаждении тела с холодным металлом на морозе, с жидкими и сухими воздухом или сухой воздушной струей.

Обморожение наступает даже при нулевой температуре воздуха, если повышена влажность, сильный ветер и человек находится в непроветриваемой одежде и обуви.

Вероятность обморожения повышается вследствие попадания, удара, заблуждения или алкогольного (наркотического) опьянения.

Симптомы обморожения таковы:

Первая - покраснение и ступор.

Вторая - образование пузырей.

Третья - омертвление кожи и образование струпа.

Четвертая - омертвление части тела (палец, стопа).

Нельзя:

- быстро согреть обмороженные места (грелки, горячий душ, теплая ванна, интенсивное растирание, согревание у открытого огня и т.д.), так при этом пораженные ткани, вытравившись, могут получить изъязвления, язвы и гангрену;

- растирать обмороженные участки снегом, что может повредить нежные мышечные волокна и поверхность кожи и вызвать гангрену;

- употреблять для согревания алкоголь (он вызывает онемение конечностей и замедляет судорожные сокращения сосудов, что ухудшает снабжение пораженных участков кровью);

- нагреть обмороженные участки тела жаром, так как это нарушает обменные процессы и препятствует выводу из пораженных тканей поврежденных тканей.

### Ваши действия:

- При обморожении (чувство жжения, покалывания, онемения) осторожно разотрите пораженные участки руками или шерстяным шарфом. Смажьте пораженные места смесью растительного масла и легкого масла; в стопы ног втирайте в пораженных участках вазелин.

- При сильном обморожении (потеря чувствительности, боль, бледная и холодная кожа) укажите пораженные места теплыми руками или по возможности нежесткими сухими шерстяными шарфами, повязками и постарайтесь быстрее добраться до теплого помещения. Немедленно снимите одежду (рукавицы) и обувь. Помытайтесь теплой водой, только в результате перемещения температуры пораженных участков в теплую воду.

Пейте любой горячий напиток (слабый чай, кофе, молоко), примите таблетку аспирина и ацетилсалициловой кислоты (15-20 мг) и выпейте горячую или теплую воду, как только сможете глотать.

Помытайтесь в хирургическое отделение больницы ближайшего лечебного учреждения!

### ПОМНИТЕ!

Холод - снижает физическую активность и работоспособность, ослабляет терморегуляцию организма человека, замедляется мышечная деятельность. Холод оказывает серьезное воздействие на мозг человека. При резком воздействии возникает мозговая кома, остановка сердца. Повышение температуры тела на два градуса при общем переохлаждении организма вызывает нарушение жизнедеятельности организма, на пять градусов - приводит к гибели.