

Осторожно! Тонкий лёд!

Спасатели напоминают, если вы стали очевидцем ситуации, когда человек провалился под лёд, – не оставайтесь безучастным, но и не стоит переоценивать свои возможности.

Чтобы помочь человеку необходимо знать несколько простых правил.

Первое, что необходимо сделать, – вызвать спасателей по телефону 101 или 112. Покинуть опасную зону. Ни в коем случае нельзя приближаться к краю проруби. 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, попытаться отвести или отнести его в безопасное место и вызвать скорую медицинскую помощь.

В ожидании приезда медработников необходимо оказать первую помощь. По возможности снять с пострадавшего мокрую одежду и одеть в сухие вещи. Если есть горячее питье – напоить пострадавшего. Даже если пострадавший уверяет, что чувствует себя хорошо и его ничего не беспокоит, необходимо всё равно вызвать скорую помощь, для осмотра пострадавшего специалистами.

Если под лёд провалились вы, то, в первую очередь, – не паникуйте. Есть шанс, что вас услышат – зовите на помощь. Не надо барахтаться и наваливаться всем телом на тонкую кромку льда, так как под тяжестью тела он будет обламываться. Широко раскиньте руки, чтобы не погрузиться с головой в воду. Обопритесь локтями об лёд и, приведя тело в горизонтальное положение, постарайтесь забросить на лёд ту ногу, которая ближе всего к его кромке, поворотом корпуса вытащите вторую ногу и быстро выкатывайтесь на лёд. Без резких движений отползайте как можно дальше от опасного места в том направлении, откуда пришли. Удерживая себя на поверхности воды, старайтесь затрачивать на это минимум физических усилий. Находясь на плаву, следует голову держать как можно выше над водой. Соблюдая эти правила, вы сможете выбраться из ледяной ловушки.

Спасатели также обращают внимание родителей, чтобы они ни в коем случае не допускали игр детей на льду.