

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПОСТРАДАВШЕМУ :



Снимите и отожмите всю одежду пострадавшего, потом снова оденьте (если нет сухой

одежды) и укутайте полиэтиленом (происходит эффект парника).

Затем его необходимо как можно быстрее отправить в машину или доставить в теплое (отапливаемое) помещение, тепло укрыть, обложить грелками, напоить горячим чаем.

Если это сделать невозможно, то разведите костер и окажите максимальную помощь, можно поделиться своей сухой одеждой.

Чтобы восстановить кровообращение, тело пострадавшего нужно растереть фланелью или руками, смачивая их водой. Растирание снегом не рекомендуется, так как увеличивается время воздействия холода на ткани.

Если у пострадавшего наблюдаются признаки общего замерзания - слабость, сонливость, ему нужно принять теплую ванну, температура воды должна быть 37-38 градусов.

При попадании жидкости в дыхательные пути, пострадавшему необходимо очистить полость рта, уложить животом на бедро так, чтобы голова свисала к земле, энергично нажимая на грудь и спину, удалить воду из желудка и легких, приступить к выполнению искусственного дыхания.

Пострадавшего необходимо направить в медицинское учреждение. Дальнейшее лечение должны проводить врачи.

Пострадавшего необходимо направить в медицинское учреждение. Дальнейшее лечение должны проводить врачи.

БУДЬТЕ ВНИМАТЕЛЬНЫ К СЕБЕ, СВОЕМУ ЗДОРОВЬЮ, ВЕДЬ СЭКОНОМЛЕННЫЕ ПЯТЬ МИНУТ НЕ СМОГУТ ЗАМЕНИТЬ ВАМ ВСЮ ЖИЗНЬ!



ГОБ ПОУ

«Елецкий лицей сферы бытовых услуг»

**ОСТОРОЖНО!
ТОНКИЙ ЛЁД!**



Это нужно знать!



С наступлением холодов, когда начинают замерзать водоёмы, резко возрастает число несчастных случаев. Ежегодно во время ледостава на водных объектах Российской Федерации гибнет около тысячи человек. Молодой лёд непрочный и не выдерживает тяжести человека.

Основным условием безопасного пребывания человека на льду является соответствие толщины льда прилагаемой нагрузке: безопасная толщина льда для одного человека не менее 10 см; безопасная толщина льда для совершенная пешей переправы 15 см и более; безопасная толщина льда для проезда автомобилей не менее 30 см.

**Важно знать телефоны
вызова экстренных служб
с мобильного телефона.:
010; 112**

Опасные места зимнего водоема



Толщина льда на водоеме не везде одинакова.

Тонкий лёд находится:

- у берегов,
- в районе перекатов и стремнин,
- в местах слияния рек или их впадения в море (озеро),
- на изгибах, излучинах,
- около вмерзших предметов,
- подземных источников,
- в местах слива в водоемы теплых вод и канализационных стоков.

Чрезвычайно опасным и ненадежным является лёд под снегом и сугробами.

Опасность представляют собой полыньи, проруби, трещины, лунки, которые покрыты тонким слоем льда.

В период весеннего таяния лёд становится пористым и слабым, покрывается талой водой, размягчается, приобретает беловатый цвет. Выходить на такой лёд чрезвычайно опасно.

Нельзя выходить на лёд одному без страховки.

Что делать, если лёд под вами проломился

1. не паникуйте, сбросьте тяжелые вещи, удерживайтесь на плыву, зовите на помощь;
2. обопритесь на край льдины широко расправленными руками, при наличии сильного течения согните ноги, снимите обувь, в которую набралась вода;
3. старайтесь не обламывать кромку льда, навалитесь на нее грудью, поочередно поднимите и вытащите ноги на льдину;
4. держите голову высоко над поверхностью воды, постоянно зовите на помощь.

В неглубоком водоеме можно:

1. резко оттолкнуться от дна и выбраться на лёд;
2. передвигаться по льду к берегу, проламывая перед собой лёд.

В глубоком водоеме нужно пытаться выбраться на лёд самостоятельно. Для этого необходимо опереться в край льдины руками, лечь на нее грудью и животом, вытянуть поочередно ноги на лёд. **Этот способ связан со следующими трудностями:** постоянное обламывание краев льдины, ее переворачивание и движение, быстро нарастающее охлаждение и утомление человека. После выхода из воды на лёд нужно двигаться к берегу ползком или перекатываться в том же направлении, откуда вы пришли. **Вставать и бежать нельзя, поскольку можно снова провалиться.**

