

ИНСТРУКЦИЯ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ № 4

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ЛЬДУ ПРИ ГОЛОЛЕДЕ И ГОЛОЛЕДИЦЕ

ЛЁД

- * Прежде чем выйти на лед, убедитесь в его прочности; помните, что человек может погибнуть в воде в результате утопления, холодового шока, а также от переохлаждения через 15 - 20 минут после попадания в ледяную воду.
- * Используйте найденные тропы по льду. При их отсутствии, стоя на берегу, наметьте маршрут движения, возьмите с собой крепкую длинную палку, обходите подозрительные места.
- * В случае появления типичных признаков непрочности льда: треск, прогибание, вода на поверхности льда немедленно вернитесь на берег, идите с широко расставленными ногами, не отрывая их от поверхности льда, в крайнем случае – ползите.
- * Не допускайте скопления людей и грузов в одном месте на льду.
- * Исключите случаи пребывания на льду в плохую погоду: туман, снегопад, дождь, а также ночью.
- * Не катайтесь на льдинах, обходите перекаты, полыньи, проруби, край льда. При отсутствии уверенности в безопасности пребывания на льду лучше обойти опасный участок по берегу или дождаться надежного замерзания водоема.
- * Никогда не проверяйте прочность льда ударом ноги.

Если лёд проломился:

- * Не паникуйте, сбросьте тяжелые вещи, удерживайтесь на плаву, зовите на помощь.
- * Обопритесь на край льдины широко расставленными руками, при наличии сильного течения согните ноги, снимите обувь, в которую набралась вода.
- * Старайтесь не обламывать кромку льда, навалитесь на нее грудью, поочередно поднимите, вытащите ноги на льдину.
- * Держите голову высоко над поверхностью воды, постоянно зовите на помощь.

В неглубоком водоеме можно:

- * Резко оттолкнуться от дна и выбраться на лед.
- * Передвигаться по дну к берегу, проламывая перед собой лед.

Оказание помощи пострадавшим:

- * Если беда произошла недалеко от берега и пострадавший способен к активным действиям, ему нужно бросить веревку, шарф, подать длинную палку, доску, лестницу.
- * Сообщите пострадавшему криком, что идете ему на помощь, это придаст ему силы, уверенность, надежду.
- * Можно взять длинный шест за оба конца, сориентировать его середину над пострадавшим и вытащить его из воды.
- * Для обеспечения прямого контакта с пострадавшим к нему можно подползти, подать руку или вытащить за одежду. В этой работе одновременно могут принимать участие несколько человек. Не подползайте на край пролома, держите друг друга за ноги.
- * Для обеспечения безопасности необходимо использовать подручные средства: доску, шест, веревку, щит.
- * Действовать нужно решительно, смело, быстро, поскольку

пострадавший теряет силы, замерзает, может погрузиться в воду.

* После извлечения пострадавшего из ледяной воды его необходимо незамедлительно согреть.

Сосульки

* Не находиться в опасной зоне и не входить на территорию, огражденную знаками безопасности.

* При образовании сосулек их нужно регулярно сбивать, соблюдая при этом меры безопасности.

Гололед

* По возможности оставаться дома.

* Увеличить коэффициент трения подошвы обуви и льда путем использования сыпучих материалов: песок, зола, соль.

* Использовать обувь с противоскользящей подошвой или специальными приспособлениями: войлок, шипы, упоры.

* Применять специальную палку с острым металлическим наконечником в качестве дополнительной точки опоры.

* Использовать возможность держаться или опираться за изгородь, стену, конструкцию, поручни.

* По возможности применять групповой способ перемещения: взявшись за руки, за плечи, под руки.

* обкалывать лёд, чистить тротуары.

* Выбирать безопасный маршрут и акцентировать внимание на каждом шаге.

В случае падения:

* Успокоиться.

* Определить степень травмирования и возможность самостоятельного передвижения обычной ходьбой, на четвереньках, ползком.

* Оказать самопомощь: остановить кровотечение, принять безболезненную оптимальную позу, обездвижить травмированную конечность.

* Предотвратить переохлаждение организма.

* Самостоятельно подняться и продолжить движение; или подняться с помощью прохожих, если необходимо вызвать специалистов по телефону 01.

* Попросить прохожих сообщить семье о случившемся.