

Правила поведения у воды в осенний период

Несоблюдение правил безопасности на водных объектах в осенний период часто становится причиной гибели и травматизма людей.

Что нужно знать о становлении льда осенью:

В период становления льда вода замерзает, как правило, неравномерно — по частям: сначала у берега, на мелководье (в защищенных от ветра заливах), а затем уже на середине. На озерах, прудах, ставках (на всех водоемах со стоячей водой, особенно на тех, куда не впадает ни один ручеек) лед появляется раньше, чем на реках, где течение задерживает образование льда. Даже на одном и том же водоеме можно встретить чередование льдов. Скрепленный вечерним или ночным холодом, в период с ноября по декабрь лед еще способен выдержать небольшую нагрузку, но днем, быстро нагреваясь от просачивающейся через него талой воды, становится очень слабым, хотя и сохраняет достаточную толщину.

Время безопасного пребывания человека в воде:

- при температуре воды 24 С время безопасного пребывания 7-9 часов;
- при температуре воды 5-15 С – от 3,5 часов до 4,5 часов;
- при температуре воды 2-3 С оказывается смертельной для человека через 10-15 минут;
- при температуре воды менее 2 С – смерть может наступить через 5-8 минут.

Как спасти себя, если вы провалились под лед:

- действуйте самостоятельно (не поддаваясь панике) нельзя барахтаться и наваливаться всем телом на тонкую кромку льда (под тяжестью тела она будет обламываться);
- чтобы избежать теплопотерь организма, находясь на плаву, голову держите как можно выше над водой;
- попав в пролом воды, широко раскиньте руки, для того чтобы удержаться на поверхности и не провалиться под лед с головой;
- спокойно, не делая резких движений, старайтесь выбраться на поверхность в сторону более крепкого льда; для этого обопритесь локтями об лед и, приведя тело в горизонтальное положение, постарайтесь забросить на лед ту ногу, которая ближе всего к его кромке, поворотом корпуса вытащите вторую ногу и быстро выкатывайтесь на лед;
- без резких движений отползайте от опасного места в том направлении, откуда пришли; зовите на помощь;

При выходе на берег сразу же согрейтесь любым доступным способом: физическими упражнениями, напряжением и расслаблением мышц, использованием укрытий, огня, горячей пищи, взаимопомощи, снять мокрую одежду и одеть сухую если нет такой возможности отжать и одеть ее обратно.

Запрещается:

Проводить интенсивное отогревание, использовать алкоголь, растирать человека, поскольку это приводит к притоку холодной крови с периферии к внутренним органам и головному мозгу, которые будут продолжать охлаждаться. Согревание должно идти от центра к периферии.