

ПАМЯТКА

Как спасти человека, который провалился под лед

методика: Вытаскивание жертвы Выдергивание жертвы Обеспечение дальнейшей безопасности

Вы находитесь рядом с замерзшим водоемом или рекой и внезапно слышите крик о помощи. Кто-то провалился под лед. Что вы будете делать? Несмотря на то, что вашим первым инстинктом будет желание прийти на помощь, это с большей вероятностью может привести к тому, что вы оба окажетесь подо льдом, беспомощно бултыхаясь. Прочитайте следующие ниже указания, чтобы узнать, как обеспечить безопасность человека, провалившегося под лед (равно как и свою собственную).

Метод 1 из 3: Вытаскивание жертвы



1

Не выбегайте на лед. Потенциальные спасатели мгновенно становятся жертвами, когда тоже проваливаются под лед. Вам не следует подбегать к дырке, если только жертва не находится без сознания или не идет ко дну в связи со слабостью или не умением плавать. Если вы все же вынуждены достичь дыры, не стоит выбегать на лед или вообще идти на ногах. Ползите, чтобы облегчить свой вес и не позволить льду треснуть под вами.

**2**

Позвоните в службу спасения. Наберите номер единой службы спасения в вашей стране (112 –Европейские страны/Россия) или местной неотложной помощи, чтобы вызывать профессиональных спасателей/врачей на место происшествия. Однако вы должны сделать это максимально быстро, ни в коем случае не бросая жертву на произвол судьбы. Если вы потратите время на звонок в службу спасения вместо оказания помощи жертве, последствия могут оказаться губительными.[1]

**3**

Попросите жертву сохранять спокойствие. Если человек только что упал и находится в сознании, у него больше шансов спастись самостоятельно. Главное, чтобы жертва сохраняла спокойствие. При необходимости убедите человека, что вы знаете, что делать и

уже идете к нему. Скажите, что до тех пор, пока он держится на плаву, у него много времени на спасение. Первые 1-3 минуты человек испытывает холодовой шок, вследствие чего его дыхание учащается. Поэтому очень важно, чтобы в течение этого периода голова жертвы находилась над водой.

- Подбадривайте жертву, чтобы она контролировала свое дыхание и оставалась спокойной.
- Посоветуйте делать глубокий вдох и медленный выдох сквозь губы.



4

Расскажите жертве, как нужно выбираться. Попросите человека подплыть к краю и при помощи локтей частично приподняться над водой. Нужно подплывать к тому краю льда, с какой стороны шел человек, так как около других краев лед может быть значительно тоньше. Вес мокрой одежды, возможно, не позволит человеку приподняться над водой самостоятельно. Главная цель в данной ситуации – ухватиться за край льда, чтобы вода не утянула человека вниз.

- Если у человека есть ключи или другие острые предметы, попросите его использовать их, чтобы зацепиться за лед.

- Попросите жертву дрыгать ногами и пытаться занять горизонтальное положение, насколько это возможно. При этом нужно стараться использовать верхнюю часть туловища, чтобы выбраться на лед. Дрыгать ногами нужно так, как будто человек плавает. В попытке занять горизонтальное положение важно постараться вытащить живот на поверхность льда. Не стоит сильно облакачиваться на руки, так как вполне вероятно, что лед снова треснет под весом человека. [2]

- Как только человек выбрался на лед, ему стоит немедленно откатиться подальше к берегу, чтобы минимизировать воздействие своего веса на лед.

Метод 2 из 3: Выдергивание жертвы

1

Киньте жертве длинный предмет. Если человек не может выбраться самостоятельно, а спасатели еще не прибыли, вам необходимо кинуть или протянуть жертве какую-нибудь длинную вещь, чтобы зацепиться. Это может быть шест, веревка, толстая ветка дерева или даже длинный шарф. Связав себя с жертвой при помощи длинной вещи, вы обезопасите себя от приближения к опасной зоне. Как только вещь достигнет человека, попросите его ухватиться за нее или обмотать вокруг себя по возможности. [3]

- Чтобы увеличить шансы безопасного спасения, вы должны заранее заготовить веревку или нечто подобное, если собираетесь к замерзшему водоему или реке.
- Используйте веревку, удлинитель, хоккейную клюшку – все, что найдется под рукой.
- Так как существует вероятность, что жертва не сможет ухватиться за веревку замерзшими руками, завяжите петлю на конце веревки. Попросите человека продеть руки в петлю до локтей, а затем ухватиться руками за плечи. Вы также можете попросить человека продеть петлю через голову и опустить в подмышки.



2

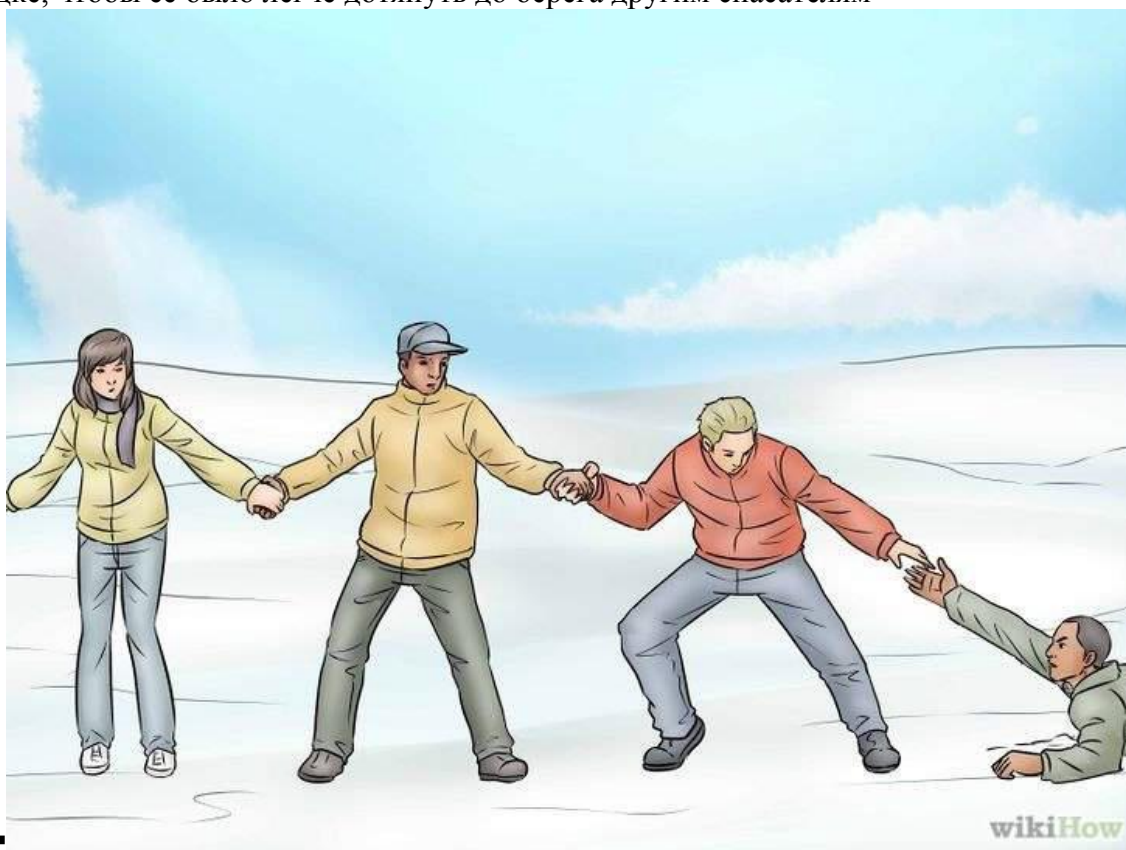
Бросьте жертве санки, если у вас нет длинного предмета. Санки, спасательный жилет – любой предмет, за который может ухватиться жертва. Все лучше, чем ничего. [4]

3



Подплывите к жертве, если у вас нет ничего под рукой. Если вы находитесь на плавучем маяке, вы можете приблизиться к краю дыры, чтобы человек ухватился за нос. Будьте осторожны, не перевернитесь. Если у вас есть веревка, неплохо было бы привязать ее лодке, чтобы ее было легче дотянуть до берега другим спасателям

4



При необходимости, сформируйте цепь из нескольких человек. Если у вас нет вещей для спасения, но вы находитесь в компании, вы можете сформировать цепь, чтобы спасти жертву. Для этого вам нужно лечь на лед как можно ближе друг к другу, каждый цепляется за лодыжки впереди лежащего. Первый человек в цепи, находящийся ближе всех к

жертве, хватает ее за руки и тянет на лед пластом, в то время как последний человек в цепи тянет всех назад.[6]

- Это не самый идеальный вариант, но все же лучше, чем когда один человек старается спасти другого без всякой поддержки. Если первый человек в цепочке также провалится, второй удержит его за лодыжки.



5

Вытягивайте жертву. Держитесь ниже, не подходите к тонкому льду и тяните крепче. Если у вас есть подмога, пусть они используют свою силу, чтобы вытянуть человека и избежать тонкого льда.

Неважно, тянете ли вы цепочкой или при помощи веревки, жертву нужно вытягивать на лед, а не вытаскивать и нести.

- Оставайтесь на безопасном расстоянии от тонкого льда и крепко держите веревку или другую вещь.

Если вы вынуждены приблизиться, всегда старайтесь распределять свой вес по поверхности льда насколько это возможно.

- Если вам нечего бросить, ползите на животе. Никогда не идите. Еще один легкий способ распределить вес – лечь, подняв руки над головой и покатиться по льду.

- Если вы вытаскиваете человека при помощи веревки или другого предмета, убедитесь, что вытягиваете по направлению к себе, а не в другую сторону.