Ширинский участок ГИМС ГУ МЧС России по Республике Хакасия

**ПАМЯТКА**

населению по действиям в чрезвычайных ситуациях на водоёмах

***Если Вы провалились под лед:***

широко раскиньте руки по кромкам льда, чтобы не погрузиться с головой; если возможно, переберитесь к тому краю полыньи, где течение не увлекает Вас под лед;

старайтесь не обламывать кромку, без резких движений выбирайтесь на лед, заползая грудью и поочередно вытаскивая на поверхность ноги широко их расставив;

приноравливайте свое тело к наиболее широкой площади опоры;

выбравшись из полыньи, откатывайтесь, а затем ползите в ту сторону, откуда шли.

-р - • • -— • •' • ■ • '

***Человек провалился под лед. Вы стали очевидцем;***

немедленно крикните ему, что идете на помощь; приближайтесь к полынье ползком, широко раскинув руки;

подложите под себя лыжи, фанеру или доску, чтобы увеличить площадь опоры и ползите на них;

к самому краю полыньи подползать нельзя, иначе и сами окажитесь в воде; ремни и шарф, любая доска, лыжи, санки помогут Вам спасти человека; бросать связанные предметы нужно за 3-4 м до пострадавшего; если Вы не один, то, взяв друг друга за ноги, ложитесь на лед цепочкой и двигайтесь к пролому;

действуйте решительно и быстро, пострадавший коченеет в ледяной воде, намокшая одежда тянет его вниз;

подав пострадавшему подручное средство, вытащите его на лед pi ползком двигайтесь от опасной зоны;

***Оказание первой помощи пострадавшему;***

с пострадавшего сиимр1те и отожмите всю одежду, потом ерюва оденьте,

(если нет сухой) и укутайте полиэтиленом (происходит эффект парника); при общем охлаждении пострадавшего необходимо как можно быстрее доставить в теплое (отапливаемое) помещение, тепло укрыть, обложргть грелками, ыапешть горячим чаем, и дальнейшем направить в медицинское учреждение;

при попадании жидкости в дыхательные пути, пострадавшему необходимо очрютить полость рта, уложить животом на бедро так, чтобы голова свисала к земле, энергачно нажршая на грудь и спину, удалить воду из желудка pi легких, приступить к выполнению искусственного дыхания, растереть пострадавшего, чтобы согреть его.

*В любом случае, при возникновении чрезвычайной ситуации, необходимо срочно вызвать специализированные службы спасения и медицинской помощи.*

Телефон единой службы спасения: 112, 911

Телефон Ширинского участка ГИМС 8-(39035)-97299

Email:centr.gims2@mail.ru

Эл. Почта: gims.iu-shira@19.mchs.gov.ru