

## **Что делать, если Вы провалились под лед?**

Не паниковать, не делать резких движений, стабилизировать дыхание.

Широко раскинуть руки в стороны и постараться зацепиться за кромку льда, чтобы не погрузиться с головой.

По возможности перебраться к тому краю полыни, где течение не увлечет Вас под лед.

Попытаться осторожно, не обламывая кромку, без резких движений, наползая грудью, лечь на край льда, забросить на него одну, а затем и другую ногу. Если лед выдержал, медленно, откатится от кромки и ползти к берегу.

Передвигаться нужно в ту сторону, откуда пришли, ведь там лед уже проверен на прочность.

## **Оказание помощи пострадавшему, провалившемуся под лед:**

Вооружиться любой длинной палкой, доской, шестом или веревкой.

Можно связать воедино шарфы, ремни или одежду.

Подползать к полынье очень осторожно, широко раскинув руки.

Сообщить пострадавшему криком, что идете ему на помощь, это придаст ему силы, уверенность.

Если Вы не один, то, лечь на лед и двигаться друг за другом.

Подложить под себя лыжи, фанеру или доску, чтобы увеличить площадь опоры и ползти на них.

За 3–4 метра протянуть пострадавшему шест, доску, кинуть веревку или шарф или любое другое подручное средство.

Подавать пострадавшему руку небезопасно, так как, приближаясь к полынье, вы увеличите нагрузку на лед и не только не поможете, но и сами рискуете провалиться.

Осторожно вытащить пострадавшего на лед, и вместе с ним ползком выбираться из опасной зоны.

Доставить пострадавшего в теплое (отапливаемое) помещение. Оказать ему помощь: снять и отжать всю одежду, по возможности переодеть в сухую одежду.

## **Оказание первой медицинской помощи пострадавшему:**

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

Приступить к выполнению искусственного дыхания.

Немедленно вызвать скорую медицинскую помощь.

**Вызвать скорую помощь по телефону 112.**

**БУДЬТЕ ВНИМАТЕЛЬНЫ И ОСТОРОЖНЫ НА ЛЬДУ!**

**Пожарная часть (профилактическая)  
СПб ГКУ «ПСО Петродворцового района»**