**Зимние опасности**

**С наступлением зимы потенциальных опасностей на улице становится больше, следовательно, актуальна проблема формирования у детей, да и порой у взрослых навыков безопасного поведения в зимнее время года.**

**ТОНКИЙ ЛЕД**

С наступлением холодов, когда начинают замерзать реки, озера, пруды на скользкую поверхность льда устремляются люди. Приятно, касаясь ледяной глади, промчаться на коньках или с крутого берега на саночках скатиться на лед, да так, чтобы дух захватило, а рыбацкий азарт - коварная штука. Где уж тут думать об опасности!

Ежегодно погибает большое количество людей из-за несоблюдения правил безопасного поведения на льду.

**Что испытывает человек, неожиданно оказавшийся в ледяной воде?**

У него перехватывает дыхание. Голову будто сдавливает железный обруч. Сердце начинает сильно стучать, артериальное давление подскакивает до угрожающих пределов. Мышцы груди и живота рефлекторно сокращаются, вызывая сначала выдох, а затем вдох.

**Если возникла угроза провалиться под лед:**

Если вы чувствуете, что лед под вами начинает трескаться, необходимо медленно и аккуратно вернуться в ту сторону, с которой вы пришли. Ни в коем случае нельзя быстро бежать по льду. Такое поведение может лишь спровоцировать быстрый раскол поверхности, и вы провалитесь под лёд.

**Если вы все-таки провалились под лед:**

В первую очередь – не паникуйте. Есть шанс, что вас услышат – зовите на помощь. Постарайтесь держаться на плаву. Не пытайтесь судорожно выбраться: поскольку лед непрочный, вы будете его только обламывать. Передвигайтесь к тому краю полыньи, откуда идет течение. Добравшись до края, постарайтесь налечь грудью на край льда и, закинув ногу, выбирайтесь на лед. Не оставляйте попыток выбраться, даже если лед ломается. После того, как основная часть туловища окажется на льду, откатитесь подальше от полыньи. Медленно и осторожно ползите до безопасного места, отталкиваясь руками и ногами.

Помните! В ледяной воде достаточно провести несколько минут, чтобы организм был охлажден до того состояния, из которого уже невозможно восстановление жизненно важных функций организма.

Если вы стали очевидцем ситуации, когда человек провалился под лед – не оставайтесь безучастным. Фраза «спасение утопающих – дело рук самих утопающих» - эгоистична и нечеловечна. Однако, чтобы помочь человеку необходимо знать следующее. Ни в коем случае нельзя приближаться к краю проруби. Для спасения можно использовать палку или элемент одежды. Необходимо лечь на живот, протянуть палку или одежду пострадавшему так, чтобы он схватился за нее. Действовать нужно быстро и без суеты. Вытянув пострадавшего из проруби как можно быстрее, отнесите его в безопасное место и вызовите скорую медицинскую помощь.

В ожидании приезда профессионалов необходимо оказать первую помощь. По возможности снимите с пострадавшего мокрую одежду, заверните в одеяло. Если есть горячее питье – напоите его. Нельзя погружать человека в горячую ванную. Такой резкий перепад температур тяжело выдержать даже здоровому сердцу. Погрузите его в теплую воду, лучше всего, если вода будет температуры тела (около тридцати семи градусов). Потом, по степени отогревания пострадавшего возможен небольшой подогрев воды.

**ОБМОРОЖЕНИЕ, ПЕРЕОХЛАЖДЕНИЕ**

С наступлением зимы не стоит забывать и о таких явлениях, как переохлаждения и обморожения.

**Что же делать, если у Вас появились признаки обморожения или переохлаждения?** В первую очередь вспомним, что обморожение  - это повреждение какой-либо части тела (вплоть до омертвения) из-за воздействия низких температур. Обморожение, как правило, сопровождается общим переохлаждением и чаще всего затрагивает ушные раковины, нос, пальцы рук и ног.

**Первая помощь при обморожениях:**

Действия при оказании первой медицинской помощи различаются в зависимости от степени обморожения, общего охлаждения организма, возраста и сопутствующих заболеваний.

Первая помощь  - это прекращение охлаждения и согревание конечности, восстановление кровообращения в пораженных холодом тканях вместе с предупреждением развития инфекции.

Пострадавшего нужно доставить в ближайшее теплое помещение, снять промерзшую обувь, носки, перчатки. Одновременно с проведением мероприятий первой помощи необходимо вызвать врача, скорую помощь для оказания врачебной помощи.

При обморожении I степени охлажденные участки следует согреть до покраснения теплыми руками, легким массажем, растираниями шерстяной тканью, дыханием, а затем наложить ватно-марлевую повязку. При обморожении других степеней согревание, массаж или растирание уже делать не следует.

На пораженную поверхность накладывают теплоизолирующую повязку (слой марли, толстый слой ваты, вновь слой марли, а сверху клеенку или прорезиненную ткань), конечности фиксируют с помощью подручных средств (дощечка, кусок фанеры, плотный картон), накладывая и прибинтовывая их поверх повязки. В качестве теплоизолирующего материала можно использовать теплую одежду, ткань.

Пострадавшим дают горячее питье, горячую пищу, небольшое количество алкоголя, по таблетке аспирина, анальгина, по 2 таблетки но-шпа или папаверина.

**Как предотвратить?**

Несколько простых правил, которые позволят вам избежать переохлаждения и обморожения на сильном морозе:

не пейте спиртного: алкогольное опьянение вызывает большую потерю тепла, при этом вызывая иллюзию комфорта;

не курите на морозе: курение уменьшает периферийную циркуляцию крови, что делает конечности более уязвимыми;

носите свободную одежду: это способствует нормальной циркуляции крови.

тесная обувь, отсутствие стельки, сырые носки  - основа для обморожения.

не выходите на мороз без варежек, шапки и шарфа. на морозе избегайте контакта голой кожи с металлом;

**СОСУЛЬКИ**

С каждым днем столбик термометра опускается все ниже. Из-за перепада ночных и дневных температур, обильных осадков на карнизах зданий могут образовываться сосульки, на крышах домов скапливаться снег. При потеплении сосульки, скопившаяся снежная масса под своим большим весом может сойти вниз, тем самым нанести тяжелые увечья неосторожному пешеходу. Во избежание несчастных случаев необходимо соблюдать меры предосторожности:

- Не ходите в непосредственной близости под карнизами и балконами зданий. Не оставляйте под ними личный транспорт, детские коляски и т.д.

- Если во время движения по тротуару вы услышали сверху подозрительный шум, ни в коем случае не останавливайтесь. Возможно, это сход снега или ледяной глыбы. Постарайтесь поскорее покинуть опасное место, либо как можно быстрее прижаться к стене, козырек крыши послужит укрытием.

- Если на крыше дома висят сосульки, обратитесь в коммунальную службу, чтобы были приняты необходимые меры по чистке кровли. На местах очистки должны быть установлены знаки и ограждения, запрещающие движение. Снег, сброшенный с крыш, должен немедленно вывозиться владельцами строений.

- При обнаружении оборванного снегом электропровода, ни в коем случае не касайтесь его. Немедленно сообщите об обрыве в районную электросеть. До прибытия аварийной бригады не подпускайте к оборванному проводу прохожих, особенно детей!

Инспектор СПиВО Мядельского РОЧС

капитан внутренней службы И.А.Карапетян