



Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны,
чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий

Памятка населению по действиям в период весеннего половодья

В период ледохода и половодья прибрежная обстановка может заставить людей пересечь в лодки, что влечет за собой опасность неожиданно оказаться в холодной воде. Не всегда спасательные средства оперативно оказываются под рукой. В таких случаях человек должен уметь максимально рассчитывать на самого себя. Надо помнить и придерживаться ряда правил и рекомендаций.

Обычный человек в одежде может находиться в воде с температурой 7-8 градусов до 3-4 часов, в воде с температурой 3-4 градуса — до 1,5-2 часов без ущерба для жизни и здоровья. Самое главное — верить, что это возможно. Оказавшись неожиданно в воде, постарайтесь зацепиться за какую-нибудь точку опоры и перетерпите первые неприятные ощущения от холодной воды. Никаких резких движений, подавите в себе внутреннюю панику. Через 30-40 секунд вы перестанете остро чувствовать холод, почувствовав лёгкое внутреннее тепло.

Помните: от 40 до 60 % тепла уходит через голову, поэтому не снимайте головной убор, даже мокрый. Неприятные (болезненные) ощущения в пальцах рук и ног быстро пройдут после выхода из воды. Опасайтесь острого льда — здесь вас подстерегает двойная опасность: 1. Холодная вода анестезирует поверхностные участки тела и даже глубокие порезы. 2. Холодная вода значительно замедляет процесс свертывания крови, и рана постоянно кровоточит. Очень часто люди в воде гибнут не от холода, а от кровопотерь. Если вы оказываете помощь человеку, длительное время находящемуся в холодной воде, ни в коем случае не давайте ему спиртное — это может его погубить. По возможности, потерпевшего надо быстро переодеть в сухое бельё. Произведите массаж конечностей, начиная с периферии.

В случае возникновения каких-либо происшествий, обращайтесь Единому номеру вызова экстренных служб - 112.

Помните! Несоблюдение вышеперечисленных правил может привести к трагедии. Не подвергайте необоснованной опасности свою жизнь!