

„Bezpiecznie na wsi mamy – od 30 lat z KRUS wypadkom zapobiegamy”

Wiele osób, w okresie zimowym, postępuje nieroztropnie i wchodzi na zamrożone zbiorniki wodne, a takie „spacery” niestety, mogą skończyć się tragicznie. Pomimo mrozu, wchodzenie na zamrożoną taflę wody jest ryzykowne. Choć wydaje się, że przy brzegu lód w wielu miejscach jest gruby, to dalej może być już bardzo cienki, kruchy i za słaby, aby utrzymać ciężar ludzkiego ciała. Poruszanie się po lodzie, bez odpowiedniej wiedzy i sprzętu asekuracyjnego, może zakończyć się tragicznie. Przypominamy również wędkarzom, aby przebywając na pokrywie lodowej, nie zapominali o swoim bezpieczeństwie. W czasie połowu ryb powinni posiadać ze sobą sprzęt asekuracyjny.

Apelujemy o rozwagę i rozsądek. Pamiętajmy, że w przypadku załamania się lodu, przy niskich temperaturach, nawet w kilka minut dochodzi do wychłodzenia organizmu, utraty przytomności i śmierci.

Jeżeli pod tobą zarwie się lód...

1. Nie wpadaj w panikę i staraj się zachować spokój, oszczędzaj siły na wydostanie się z wody.
2. Wydostanie się o własnych siłach jest niezwykle trudne – ręce ślizgają się po mokrym lodzie, gdyż nie masz się czego chwycić.
3. Jeśli to możliwe, zdejmij buty – pozbędziesz się zbędnych kilogramów, łatwiej będziesz mógł utrzymać się na powierzchni.
4. Jeśli się wydostaniesz – nie wstawaj – powoli przeczołgaj się w bezpieczne miejsce.
5. Jeżeli jest taka możliwość, szybko zdejmij mokre ubranie i załóż suchą odzież lub owiń się np. suchym kocem.

Jeżeli widzisz tonącego...

1. Wezwij pomoc z telefonu komórkowego – numer pomocy ogólnej 112.
2. Przed udzieleniem pomocy zapewnij sobie zabezpieczenie od innej osoby.
3. Rozważnie zbliżaj się do ofiary – lód w tym miejscu może być słaby i może zarwać się również pod tobą, a wtedy już dwie osoby będą potrzebowały pomocy...
4. Staraj się podać lub rzucić cokolwiek, za co można się złapać np. linę, gałąź, kurtkę, drabinę.
5. Pomóż ofierze wydostać się z wody.
6. Sprawdź przytomność, puls i oddech ofiary.
7. Po odzyskaniu przytomności poszkodowanego, należy jak najszybciej skontaktuj się z lekarzem.
8. Nie podawaj uratowanemu alkoholu, gdyż rozszerza on naczynia krwionośne i poprawia krążenie – w wyniku czego, szybko doprowadza do dalszego wyziębienia organizmu. Zamiast alkoholu można podać coś słodkiego: czekoladkę, cukierki, ciepły, słodki napój.
9. Jeżeli jest taka możliwość, szybko przebierz uratowanego w suche ubranie.



30 lat
KASA ROLNICZEGO
UBEZPIECZENIA SPOŁECZNEGO

Informacje pochodzą z:

<https://www.policja.pl/pol/aktualnosci/120912,Ostroznie-na-lodzie.html>

<https://gazetaolsztynska.pl/olecko/688154,Olecko-Ostroznie-na-lodzie.html>

<https://kurierwilenski.lt/2021/01/20/strazacy-ratownicy-ostregaja-ostroznie-na-lodzie/>

<http://www.sp3raciborz.pl/2-uncategorised/138-ferie-zimowe.html>

zebrała:

Sybilla Gancarek

Specjalista ZPRO OR KRUS we Wrocławiu