

# ВЫЖИВАНИЕ ПРИ СХОДЕ ЛАВИНЫ



Работу выполнила:

Рожкова Валерия Владиславовна  
гр. 202 ф-т лечебный

Преподаватель:

К.м.н. доцент Трапезникова М.В.

Пермь, 2020г.

# ЛАВИНА

– это быстрое, внезапное движение снега и льда вниз по крутым склонам гор.



# ЛАВИНА

- Падение лавины сопровождается образованием воздушной предлавиной волны, производящей наибольшие разрушения.
- **Причинами схода снежной лавины являются:**
  - длительный снегопад,
  - интенсивное таяние снега,
  - землетрясение,
  - взрывы
  - и другие виды деятельности людей, вызывающие сотрясение горных склонов и колебания воздушной среды.
- «Сходящие» лавины снега могут вызывать разрушения зданий, инженерных сооружений, засыпать уплотнившимся снегом дороги и горные тропы.

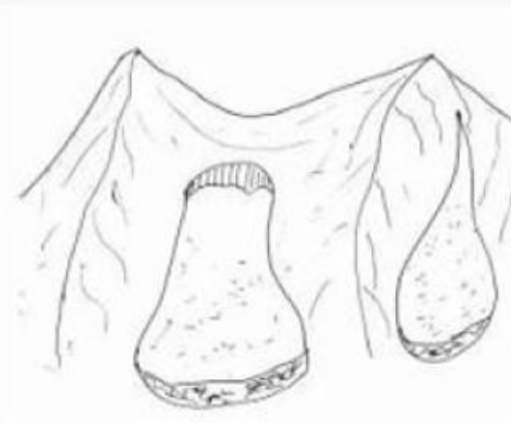


- Лавины бывают склоновыми, лотковыми и прыгающими.
- Скорость падения лавин составляет в среднем 70–100 км/ч.
- Крупные сухие лавины могут двигаться с еще большей скоростью.
- Лавины обладают огромной разрушительной силой, создаваемой не только снегом, но и, главным образом, предлавиной воздушной волной.
- Сила удара может достигать 50 т на 1 м<sup>2</sup>. Для сравнения: деревянный дом выдерживает удар не более 3 т на 1 м<sup>2</sup>, а удар силой 10 т на 1 м<sup>2</sup> выворачивает с корнем вековые деревья.

**ОСОВ**

**ЛОТКОВАЯ**

**ПРЫГАЮЩАЯ**



# КЛАССИФИКАЦИЯ ЛАВИН



- Лавины сходят с гор с определенной периодичностью, характерной для данного места. Слабые лавины отмечаются несколько раз в год. Катастрофические лавины накапливают снег в течение нескольких десятилетий.
- **Оптимальные условия** для зарождения лавин – это
  - обильные снегопады,
  - заснеженные склоны крутизной 30–40°,
  - резкое изменение температуры воздуха.При этом свежавыпавший снег должен иметь толщину 30 см и более, а лежалый – не менее 70 см.



# КАК ДЕЙСТВОВАТЬ, ЕСЛИ ВЫ НАХОДИТЕСЬ ЛАВИНООПАСНОЙ ЗОНЕ

Соблюдайте основные правила поведения в районах схода лавин:

- не выходите в горы в снегопад и непогоду;
- находясь в горах, следите за изменением погоды;
- выходя в горы, знайте в районе своего пути места возможного схода снежных лавин.

Они чаще всего сходят со склонов крутизной более  $30^\circ$ , если склон без кустарника и деревьев – при крутизне более  $20^\circ$ . При крутизне более  $45^\circ$  лавины сходят практически при каждом снегопаде.



# ИЗБЕГАЙТЕ ЛАВИННОЙ ОПАСНОСТИ ПУТЕМ СЛЕДУЮЩИХ МЕР:

1. Тщательно выбирайте маршрут. Изучите известные пути схода лавин, преобладающие ветры и данные последнего бурана. Хороший источник информации - руководитель лыжного патруля.

2. Обходите известные опасные склоны. Пересекайте сомнительный склон по одному человеку и как можно выше по склону или же дальше от места возможного выхода лавины. Безопасен путь по гребню хребта, но не ходите по выступу карниза.

3. Будьте внимательны.

- ✓ По мере передвижения постоянно контролируйте состояние снега.
- ✓ Перед тем как выйти на большой склон, испытайте маленький склон с такой же крутизной и ориентацией по отношению к солнцу.
- ✓ Если вы видите след лавины из снежной доски, знайте, что рядом вас может поджидать такая же лавина.
- ✓ Наблюдайте за своей тенью. Когда она направлена на склон, воздействие солнца сильнее всего.
- ✓ Ищите защиты в густом лесу, на наветренных склонах и за естественными барьерами.
- ✓ Наблюдайте за погодой: любое внезапное изменение опасно.





# ИЗБЕГАЙТЕ ЛАВИННОЙ ОПАСНОСТИ ПУТЕМ СЛЕДУЮЩИХ МЕР:

4. Правильно используйте свое время.

- ✓ Переждите сильный буран.
- ✓ Контролируйте каждый свой шаг.
- ✓ В самые первые часы бурана передвижение возможно. Употребите это время для выхода из лавиноопасного района.
- ✓ Весной период между десятью часами утра и заходом солнца наиболее лавиноопасен.
- ✓ Ранние утренние часы перед восходом солнца наиболее безопасны.

5. Прибегайте к самозащите. Если все-таки необходимо пересечь очень опасное место, один человек на лыжах проверяет склон. Его необходимо страховать альпинисткой веревкой и лавинным шнуром.



# ИЗБЕГАЙТЕ ЛАВИННОЙ ОПАСНОСТИ ПУТЕМ СЛЕДУЮЩИХ МЕР:

6. **Никогда не идите в горы без аварийно-спасательного снаряжения.** Есть несколько устройств, которые значительно сокращают угрозу умереть под лавиной.

- ✓ Лавинный приемник и датчик. Приемник выдает сигнал, с помощью которого можно отследить, где зарыт человек. Датчик используется для определения конкретного места нахождения человека и где нужно начинать копать.
- ✓ Маленькая лопатка. Используется для расчистки места вокруг лица.
- ✓ Шлем. Многие смерти по причине схода лавины происходят из-за первого удара снега сбивающего человека с ног.



# КАК ДЕЙСТВОВАТЬ ПРИ СХОДЕ ЛАВИНЫ

- Если лавина срывается достаточно высоко, ускоренным шагом или бегом уйдите с пути лавины в безопасное место или укройтесь за выступом скалы, в выемке (нельзя прятаться за молодыми деревьями).
- Если от лавины невозможно уйти, освободитесь от вещей, примите горизонтальное положение, поджав колени к животу и сориентировав тело по направлению движения лавины.

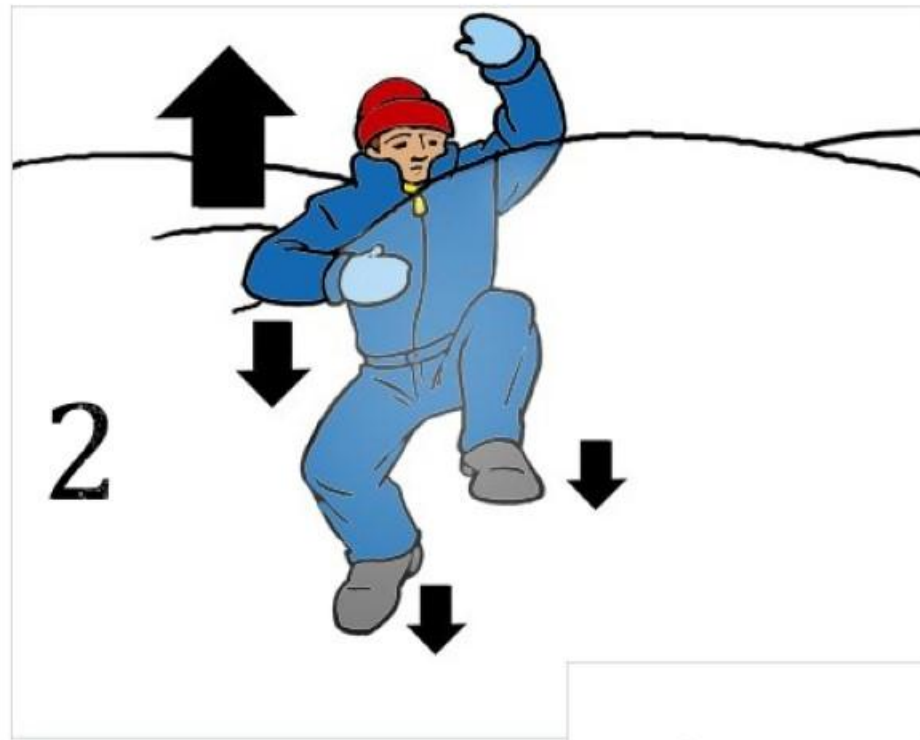




# КАК ДЕЙСТВОВАТЬ, ЕСЛИ ВАС НАСТИГЛА ЛАВИНА

1. Закройте нос и рот рукавицей, шарфом, воротником; двигаясь в лавине, плавательными движениями рук старайтесь держаться на поверхности лавины, перемещаясь к краю, где скорость ниже.
2. Когда лавина остановилась, попробуйте создать пространство около лица и груди, оно поможет дышать.
3. Если представится возможность, двигайтесь в сторону верха (верх можно определить с помощью слюны).
4. Оказавшись в лавине, не кричите – снег полностью поглощает звуки, а крики и бессмысленные движения только лишают Вас сил, кислорода и тепла.
5. Не теряйте самообладания, не давайте себе уснуть, помните, что Вас ищут.





# КАК ДЕЙСТВОВАТЬ ПОСЛЕ СХОДА ЛАВИНЫ

- Если Вы оказались вне зоны схода лавины, сообщите любыми способами о происшедшем в администрацию ближайшего населенного пункта и приступайте к поиску и спасению пострадавших.
- Выбравшись из-под снега самостоятельно или с помощью спасателей, осмотрите свое тело и, при необходимости, окажите себе помощь.
- Добравшись до ближайшего населенного пункта, сообщите о происшедшем в местную администрацию.
- Обратитесь в медпункт или к врачу, даже если считаете, что не пострадали.
- Сообщите своим родным и близким о своем состоянии и местонахождении.



# СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

- [Электронный ресурс] URL: <https://09.mchs.gov.ru/deyatelnost/poleznaya-informaciya/rekomendacii-naseleniyu/kak-deystvovat-pri-shode-laviny>  
Дата обращения: 04.05.2020
- [Электронный ресурс] URL: <https://ru.wikihow.com/выжить-при-сходе-лавины>  
Дата обращения: 04.05.2020





**СПАСИБО ЗА  
ВНИМАНИЕ**

