

БЕЗОПАСНОСТЬ В ГОРАХ



ФАКТОРЫ РИСКА

Объективные

Субъективные



ОБЪЕКТИВНЫЕ

- Низкое парциальное давление
- Пониженное атмосферное давление
- Повышенная радиация
- Повышенное ультрафиолетовое излучение
- Резкая смена погоды
- Резкая смена климатических условий
(с каждым километром t° опускается на $6,5^{\circ}\text{C}$)

СУБЪЕКТИВНЫЕ

- **Переоценка своих возможностей**
- **Плохое знание трасс**
- **Неоправданный риск**
- **Несоблюдение правил FIS**
- **Алкоголь**
- **Отсутствие лавинной подготовки**
- **«Спуск, во что бы то не стало»**
- **Синдром последнего спуска**
- **КД**
- **Критические дни катания (1-5-10)**

ГОРНАЯ БОЛЕЗНЬ

- Головокружение
- Головная боль
- Потеря аппетита
- Тошнота
- Рвота
- Эйфория
- Озноб
- Кровотечение
- Одышка
- Желудочно-кишечные расстройства
- Острая сердечная недостаточность

Правила FIS

- Горнолыжник должен вести себя так, чтоб не подвергать опасности окружающих и не причинить им вреда
- Горнолыжник должен выбирать скорость и траекторию движения в соответствии с реальной ситуацией и видимостью на склоне, а так же учитывать состояние склона
- Горнолыжник должен выбирать трассы в соответствие с уровнем своих физических возможностей и технической подготовленности.
- Обгон осуществляется только при наличии достаточного пространства для маневра
- При столкновении, горнолыжник обязан остановиться и убедиться, что своим наездом он не причинил никому вреда
- Не просматриваемый и узкий участок необходимо покинуть как можно быстрее
- Подниматься или спускаться можно только по кромке трассы
- Необходимо подчиняться указаниям предупреждающих и запрещающих знаков
- Горнолыжник должен уметь оказать первую помощь при несчастном случае
- Горнолыжник, являющийся свидетелем или участником несчастного случая, независимо от того, виноват он или нет, должен сообщить свои данные спасательной службе.