

Весеннее половодье

Наводнения, их причины и основные характеристики

На Руси большая вода была обыденным ежегодным делом. Её ждали, готовились и встречали так же спокойно и с благоговением, как и любое другое явление природы, приносящее, к сожалению, некоторые неудобства. Наверное, это единственно верный вариант отношения к событию.

Наводнение – это временное затопление водой значительной части территории, прилегающей к реке, водохранилищу, озеру или морю, в результате подъема воды по причинам снеготаяния, ветровых нагонов, заторов и т.п.

Детализируя причины возникновения наводнений, следует отметить, что подъем уровня воды может произойти:

1. из-за паводка – интенсивного, периодического, сравнительно кратковременного подъема воды в реке, вызываемого обильными дождями, ливнями, иногда быстрым таянием снега при зимних оттепелях;
2. затора – нагромождения льдин во время весеннего ледохода в сужениях и излучинах русла реки, стесняющего течение воды и вызывающего подъем уровня воды в местах скопления льда и на некоторых участках выше него (т.е. на вышерасположенных участках реки);
3. половодья – периодически повторяющегося относительно продолжительного подъема воды в реках, вызываемого обычно весенним таянием снега на равнинах или дождевыми осадками, а также весенне-летним таянием снега в горах, следствием чего является затопление низких участков местности;
4. зажора – скопления рыхлого ледового материала во время ледостава (в начале зимы) в сужениях русла реки, вызывающего подъем уровня воды на некоторых участках выше него;
5. ветрового нагона – подъема уровня воды, вызванного воздействием ветра на водную поверхность, случающегося обычно в морских устьях крупных рек, а также на наветренном берегу больших озер, водохранилищ и морей.

Для оценки наводнений используются следующие понятия:

- а) площадь затопления – размеры покрытой водой и прилегающей к реке местности;
- б) продолжительность затопления – время с момента выхода воды на пойму и до входа воды в русло;
- в) скорость подъема уровня воды – величина, характеризующая прирост уровня воды и процесса наводнения за определенное время по отношению к первоначальному уровню;
- г) расход воды – количество воды (сток воды), протекающей через замыкающий створ реки за секунду.

С учетом затапливаемой территории и наносимого при этом ущерба наводнения подразделяются:

1. на низкие (малые) наводнения – под водой оказываются около 10% прилегающих к водоемам сельскохозяйственных угодий. Наблюдаются в основном на реках, протекающих по равнинной территории. Их повторяемость – приблизительно один раз в 5 – 10 лет;
2. высокие наводнения – под водой оказываются более 10% прилегающих к водоемам сельскохозяйственных угодий. Охватывают большие участки речных долин и низин. Нарушают привычный хозяйственный и бытовой уклад населения. При таких наводнениях возникает необходимость частичной эвакуации населения и животных. Их частота – один раз в 20 – 25 лет;
3. выдающиеся наводнения – подъем воды охватывает территории в пределах целого речного бассейна, парализует хозяйственную деятельность на подвергшейся наводнению территории и нарушает жизненный уклад населения. При этом необходимы массовая эвакуация населения, вывоз материальных ценностей из зоны затопления и проведение специальных мероприятий по защите наиболее ценных объектов. Периодичность таких наводнений – один раз в 50 – 100 лет;
4. катастрофические наводнения – когда затапливаются территории в пределах одной или нескольких речных систем. В результате этого полностью парализуется хозяйственная и производственная деятельность населения на прилегающей территории.

В зависимости от продолжительности, измеряемой временным интервалом с момента начала подъема уровня воды до момента освобождения от воды затопленной территории, наводнения подразделяются:

1. на кратковременные – продолжительность от нескольких часов до 1-2 недель;
2. длительные – более 2 недель.

Прогнозируют возможности наводнений для предупреждения местной администрации и населения и для обеспечения своевременного проведения мероприятий по минимизации наносимого (ожидаемого) ущерба.

Прогнозы составляются на базе данных ежедневного измерения уровня воды в водоеме в периоды наводнений прошедших лет.

Они подразделяются:

- а) на кратковременные – на ближайшие 10 – 12 суток;
- б) долгосрочные – от 12 суток до 2-3 месяцев.

По масштабу охватываемой территории прогнозы могут быть:

- а) локальными (составляются для отдельного участка реки или водоема);
- б) территориальными (для определенной территории с указанием обобщенных данных о размерах и сроках наводнения).

Основываясь на данных прогнозирования, местная администрация планирует и проводит мероприятия по защите населения. При этом учитываются поражающие факторы, которые могут оказать воздействие на население и материальные ценности.

К поражающим факторам надвигающейся на сушу огромной массы воды относятся:

- а) температура воды. Низкая отрицательно сказывается на здоровье людей, вызывая простудные заболевания. При температуре воды $+2 - -3^{\circ}\text{C}$ человек, находящийся в воде, погибает через 10 – 20 минут. При этом нескольких минут достаточно, чтобы он потерял сознание.
- б) высота подъема уровня воды в районах затопления. Например, при затоплении глубиной 0,4 – 0,5 м, наносится значительный ущерб растительности, которая из-за потери кислородного питания гибнет после 2-3 дней пребывания под водой, но в отдельных случаях гибель наступает в течение 10 – 15 дней. При таком уровне воды останавливается городской транспорт;
- в) сила потока воды. Она характеризует силу гидродинамического удара волны о встречающиеся на её пути препятствия (дома, заборы, плотины...). Практически по силе гидродинамического удара волны можно определить ее разрушающую способность;
- г) текучесть воды и ее способность проникать в трещины различных сооружений и складки грунта, размывая (вымывая) их и тем самым, способствуя нарушению прочности сооружений и смыву верхних слоев грунта. Так, например, проникая в трещины фундаментов зданий, вода разрушает цементные растворы, что приводит к частичному или полному разрушению строения. При движении по поверхности земли водный поток разрушает верхний культурный слой и его часть смывается в водоем по мере спада уровня воды.

Последствия наводнений и их предупреждение

Во время наводнения создается реальная угроза жизни и здоровью людей, разрушаются сооружения и коммуникации, портится оборудование, гибнут животные, а также посевы и материальные ценности, оказавшиеся под водой в результате затопления. Кроме того, наводнения ухудшают санитарно-гигиеническое и санитарно-эпидемиологическое состояние обширных районов пострадавшего региона, в том числе и используемых для расселения людей, эвакуированных из зон затопления.

С получением данных от гидрометеорологической службы о возможности возникновения угрозы затопления прилегающей к водоему (реке) территории местная администрация организует и проводит следующие первичные мероприятия:

1. В режиме повышенной готовности функционируют Управления ГОЧС населенного пункта (населенных пунктов).
2. Осуществляется постоянный контроль за уровнем воды в водоемах (реки, озера, водохранилища).
3. Оповещается население об ожидаемых сроках подъема уровня воды.

Материальный ущерб – это вред (урон или убыток), причиненный материальным ценностям в результате воздействия непреодолимой силы. Применительно к вреду, наносимому при наводнениях, понятие материального ущерба можно несколько расширить и сформулировать как вред, причиненный материальным ценностям, принадлежащим государству или частным лицам, в результате воздействия на них поражающих факторов водной стихии.

Материальный ущерб оценивается количеством разрушенных или (и) поврежденных (вышедших из строя) единиц народнохозяйственных объектов (заводские, жилые здания, мосты и т.п.) и предметов имущества граждан (транспортные средства, носильные вещи и т.д.), а также в денежном выражении, т.е. в финансовых ассигнованиях, выделяемых из федерального или местного бюджетов, потребных для возмещения нанесенного государству и населению вреда.

Материальный ущерб может быть прямым и косвенным. Прямой – ущерб (вред), следствием которого являются разрушения и (или) повреждения материальных ценностей (железнодорожные мосты, автомобильные дороги, здания, порча сырья, топлива, урожая и т.п.).

Мероприятия, проводимые с возникновением угрозы наводнения, называют предупредительными. К ним относятся:

- а) оповещение населения о повышении уровня воды в водоеме и о действиях населения районов, которые могут подвергнуться затоплению;
- б) возведение дамб, защитных валов, герметизация подвальных помещений, окон и дверей первых этажей зданий и т.д.;
- в) подготовка автотранспорта для эвакуации населения и материальных ценностей; г) формирование (создание) сборных эвакуационных пунктов (СЭП) и подготовка мест для размещения эвакуируемых в загородной зоне;
- д) ликвидация заторов, мешающих нормальному водостоку.

Такие работы проводятся заблаговременно и носят долгосрочный характер:

- проведение берегоукрепительных и дноуглубительных работ;
- спрямление русла реки;
- ремонт (или укрепление) ограждающих (защитных) дамб (валов);
- распашка земель поперек склонов и посадка лесозащитных полос в бассейне рек и т.д.

Косвенный ущерб является следствием прямого ущерба. Обычно он выражается в финансовых ассигнованиях, потребных на восстановление нормальных условий жизнедеятельности населения. Эти финансовые ассигнования требуются в первую очередь для приобретения и доставки в пострадавшие районы продуктов питания, медикаментов, одежды, строительных материалов и техники, кормов для скота, а также для производства ремонтно-восстановительных работ. Обычно прямой и косвенный ущерб находятся в соотношении 2/3-1/3.

Одновременно с этим человеку причиняется и **моральный вред**. Утрата или повреждение собственности в результате наводнения являются причинами физического и нравственного страдания человека. Следствие этого – повышение артериального давления, головные боли, нарушение психики и т.д.

Действия населения при угрозе и во время наводнения

Водная стихия безжалостна. При обеспечении жизни и здоровья людей, сохранности их собственности каждый житель города должен знать, как действовать в сложных условиях, и уметь это делать.

При возникновении угрозы наводнения население оповещается по сетям радио- и телевидения – сообщается ожидаемое время начала подъема воды, границы затопляемой территории, рекомендации по действиям населения.

Если ваш дом попадает в зону затопления, то необходимо:

1. Жителям первых этажей заделать оконные проемы водонепроницаемыми материалами и готовить материал для герметизации дверей. Герметизация дверей производится с уходом жильцов из квартир. Одновременно с этим работники коммунальных служб приступают к герметизации подвальных помещений и проверке водосточных систем. Если есть возможность, то наиболее ценные вещи можно на это время отнести к родственникам или знакомым, проживающим в незатопляемых районах.

2. Жителям дома, независимо от этажа, на котором они проживают, приступить к подготовке к эвакуации. При этом следует:

- а) собрать документы, деньги, ценности;
- б) сформировать медицинскую аптечку с необходимыми лекарствами;
- в) сделать запас продуктов (не портящихся) и воды (3 л на человека в день) на 2-3 дня;
- г) подготовить постельное белье и туалетные принадлежности, верхнее белье и обувь.

Упакованные вещи должны иметь бирку, на которой обозначены ФИО владельца и его домашний адрес. Общий вес упаковки на одного человека не должен превышать 50 кг.

С объявлением эвакуации люди с вещами должны явиться на сборный эвакуационный пункт (СЭП). Адреса СЭП для каждой группы улиц объявляются по радио. Перед уходом из дома каждый обязан в своей квартире отключить газ, воду и электричество, а двери квартиры закрыть на все замки.

Если наводнение произошло, а люди остались в зоне затопления, их вывозят на лодках, катерах и других плавсредствах. Входить в лодку надо по одному, ступая на середину настила. Во время движения нельзя вставать, меняться местами и садиться на борт лодки. После причаливания один из пассажиров выходит на берег и держит лодку за борт, обеспечивая поочередный выход пассажиров. Но лучше погрузку и выгрузку людей производить со стороны кормы или носа лодки.

Если помощь не пришла, а вода прибывает, необходимо подняться на верхние этажи и даже на крышу и спокойно ждать, подавая сигналы. Ночью – световые сигналы (фонариком). Днем – вывешивать на видном месте белое или цветное полотнище.

При угрозе наводнения:

1. Примите меры для спасения имущества (перенесите его на возвышенное место). Сами займите верхние этажи зданий.
2. Уходя из дома (квартиры), вы обязаны:
 - а) отключить свет (вывернуть электрические пробки);
 - б) перекрыть газ и воду;
 - в) закрыть на замки



Уходя из дома, возьмите с собой:

1. Продукты питания.
 2. Аптечку.
 3. Документы, деньги и ценности.
 4. Воду питьевую.
 5. Туалетные принадлежности.
 6. Постельное белье.
- Все это по весу не должно превышать 50 кг на человека

Если вы оказались в воде, не следует поддаваться панике, плыть следует под углом к течению, держа направление на ближайший незатопленный участок. Оказавшись в месте, где большое количество водорослей и травы, избегайте энергичных и порывистых движений, чтобы стебли не опутали руки и ноги. При этом следует наблюдать за поверхностью воды, чтобы не удариться о плавающие предметы.

Для оказания помощи тонущему следует подплыть к нему со спины. Приблизившись, надо взять его за голову, предплечья, руки, воротник одежды, повернуть лицом вверх и плыть к берегу, работая свободной рукой и ногами. Если спасатель на лодке, приближаться к тонущему человеку следует против течения, при ветреной погоде – против ветра и волны.

Возвращение населения к местам постоянного проживания осуществляется после спада воды с разрешения Управления ГОЧС населенного пункта.

Как спасти себя, своих близких и свой дом.

Прежде всего – успокоить себя, успокоить женщин и детей. Женщины должны верить в силу, мудрость и профессионализм хозяина дома. Старшие дети должны выступать как первые помощники хозяина, младшим все предстоящие события можно представить как "приход реки в ваш дом в гости". Поверьте, превращение трагедии в игру для них – залог вашего спокойствия.

Подготовка дома и подворья.

Прежде всего – запасы овощей в подвалах. Их предстоит перенести на чердаки, либо на сеновалы. На подворье все предметы, способные уплыть, привязываются к столбам. Поленницы дров скрепляются досками, гвоздями и тоже привязываются.

Мебель в доме поднимается максимально к потолку, даже в "лежачем" положении.

Изготовить подобие строительных лесов для этого – работа несложная.

Приготовить лодку! Если ее нет – связать во дворе плотик из нескольких бревен.

Обязательно отключить в доме электричество! Именно отключить на вводе в дом, под крышей, а не просто "щелкнуть выключателем". Последний отключает только один провод. Другой же, когда уровень воды дойдет до электропроводки (либо просто сырость проникнет), может стать источником поражения электрическим током. Либо, что уж совсем ни к чему – пожара!

Так же необходимо тщательно перекрыть газ. И запастись питьевой водой. Вряд ли избыток воды вокруг избавит вас от жажды. А хорошее питание и питье в экстремальной ситуации – залог относительного спокойствия и верно принятого решения.

Конечно, на Руси соседи, живущие на возвышенности, в беде не оставят – переночевать пустят! Но если вода придет на всю улицу, а то и на всю деревню? Необходимо приготовить "запасное гнездо" на ближайшем пригорке.

Особая забота – скот. Он по сравнению с человеком наиболее не защищен. Не забывайте об этом и проявите свою заботу. Вывести скот заранее в загоны, подготовленные на пригорках, желательно в лесу, и заготовить для них корм – тоже задача простая.

Подготовка к работе в ледяной воде

Теперь о вас лично. Вам, возможно неоднократно, придется бродить по ледяной воде в течение десятков минут, а может быть и часов, спасая свое хозяйство и помогая соседям. Позаботьтесь о нижней части вашего тела.

Идеально – прорезиненные брюки-сапоги. Но не забывайте: долгое нахождение в подобной одежде и сырость от пота в последующем могут привести к воспалительным заболеваниям (для будущего это даже опаснее работы в мокрой от воды одежде). Не забывайте регулярно просушиваться.

Если нет подобной специальной одежды (а у кого она есть?), приготовьте несколько комплектов больших полиэтиленовых мешков, размером примерно 0,6 x 0,6 м и широкую клеящую ленту "скотч".

Если по необходимости придется много работать в ледяной воде по пояс, то не забудьте перед этим надеть нижнее белье потеплее. А между верхней и нижней одеждой – самодельные трусы из полиэтиленового мешка, плотно их прибинтовав "скотчем". При отсутствии подобной подготовки вы рискуете через 5-6 минут погибнуть от "ледяного" шока. Если же подготовились, то можете работать не менее часа.

Но главная опасность, как это ни странно, не в воде, а вокруг. Интенсивная работа в непривычной обстановке, возможное длительное пребывание под открытым небом, а тысяча психологическое напряжение окружающих создают опасность получения многочисленных травм и даже ожогов (от костра). Требуется дополнительные знания, которые на первый взгляд не так уж важны. Но... поверьте специалистам – и возьмите на заметку:

В начале – о главной опасности – медленном переохлаждении.

Причины и механизм переохлаждения

Рассмотрим подробнее, как же происходит процесс "замерзания"?

Теплая кровь при переохлаждении усиленно продвигается к поверхностным (кожа) и периферийным (руки, ноги) участкам тела и возвращается холодной. Возникают эффекты в виде озноба. Это попытка организма выработать дополнительное тепло и ускорить (облегчить) движение крови. (Первая стадия замерзания).

На второй стадии замерзания для компенсации теплопотерь необходимо принять дополнительные меры по увеличению скорости тока крови. Это интенсивное, спровоцированное извне, расширение сосудов (наиболее общеизвестное средство – прием внутрь алкоголя), а также все известные способы увеличения психо-эмоционального возбуждения – интенсивное движение,

коллективная работа и т.д. Но не следует забывать, что в этом случае кровь возвращается от поверхностных органов излишне охлажденная.

Пока запас тепла у вас достаточен, кровь успевает нагреться до нормальной температуры тела и возвращается в конечности. "Центральное отопление" исправно работает.

Однако при дальнейшем переохлаждении организм уже не справляется с согреванием крови и включаются другие механизмы – "отключение" (уменьшение тока крови) в периферии (ноги, руки). Кровоток сосредоточивается в "малом" круге кровообращения (мозг, легкие, сердце, печень).

Помните: на холоде до 70% тепла с тела человека излучается через голову. Именно здесь максимальные потери. Совет: чтобы не мерзли ноги – утепляй голову.

В противном случае наступает третья стадия замерзания.

Человек перестает дрожать, ему становится "хорошо", "тепло", слегка, достаточно приятно кружится голова, возникает желание лечь и отдохнуть.

Если товарищи будут заставлять его двигаться и даже тормошить, двигать и растирать, то результат может оказаться трагичным – холодная кровь из конечностей подступит к сердцу, легким, мозгу (!).

Скорость остывания резко повысится, поэтому дальнейшая активность только истощит организм и усугубит потери тепла.

Запомните: пострадавшего, который перестал дрожать, ни в коем случае нельзя растирать, двигать и заставлять двигаться, т.к. первым эффектом этих действий будет приток холодной крови от периферии к центральной зоне и дальнейшее падение температуры, охлаждение мозга и сердца (вплоть до его остановки). В результате наступает так называемая "смерть при спасении".

Холодный шок.

Так называется "пограничная" стадия между второй и третьей стадиями замерзания. Он возникает при длительном (до нескольких часов или суток) нахождении при плюсовой (!) (около +4...+10°C) температуре, в условиях переувлажненного воздуха, интенсивной работы с большими теплотерями. Часто наблюдается при длительных попытках согреться за счет движения, тем более высушить мокрую одежду "на себе".

Холодный шок наблюдается в виде кратковременного "отключения" мышц на конечностях. В режиме "покоя" (на стоянке) этот очень важный момент можно и не заметить. При ответственной же работе неожиданно разжавшаяся рука (подвернувшаяся нога) может стать причиной трагедии.

Контролируйте себя и своих близких. В этом – самоспасение!

Ледяной шок

Наблюдается при неожиданном попадании в холодную воду (0...+4°C), при особо интенсивных теплотерях. Характеризуется остановкой сердца на 5-6 мин. нахождения в воде.

Причины данного явления слабо изучены, но есть неопровержимые данные о том, что женский организм более приспособлен к длительному пребыванию в подобных условиях (знаменитая Линн Кокс (США) переплыла в 1987 г. Берингов пролив, а спустя год – Байкал). Мужчинам оставалось только завидовать и скромно подражать). "Моржихи" в проруби чувствуют себя гораздо более уверенно, нежели "сильный пол". Объясняют этот эффект обычно наличием более развитой, чем у мужчин подкожной жировой прослойки.

Еще один, на этот раз печальный, пример, подтверждающий эту гипотезу: во время войны на Северных морях при гибели судов спасатели, прибывшие через несколько десятков минут, извлекли из воды массу трупов в спасательных жилетах и среди них достаточно часто обнаруживали именно (редких на кораблях) женщин, подававших признаки жизни и впоследствии спасенных с помощью интенсивной терапии.

В литературе выдвигается предположение, что "ледяной шок" вызывается переохлаждением головного мозга. Но сравнения, как это происходит у мужчин и женщин, не приводятся.

Есть гипотеза, что главная причина неадекватного воздействия холодной воды на мужской и женский организм – в различии строения мужских и женских внешних половых органов. На исходе пятой-шестой минуты нахождения в ледяной воде возникает резкая, парализующая боль в мошонке.. Очень вероятно, что именно эта боль может быть причиной остановки сердца.

Напрашиваются странные, может быть, на первый взгляд, рекомендации для спасателей – из ледяной воды первыми должны быть извлечены мужчины. Для женщины несколько лишних секунд ничего не решают, для мужского организма они могут оказаться роковыми.

При попадании в холодную воду вас опять же может спасти твердая уверенность, что у вас хватит сил и спасти вас будут все равно. Поэтому, "не дергаясь", даже уже находясь в воде, можно частью снятой одежды утеплить голову, особенно затылочную часть и область паха. При полном отсутствии предварительных мер можно, не прекращая работу одной рукой, другой согревать область паха. И даже применить специальный массаж для усиления эффекта сокращения (и "втягивания внутрь") внешних половых органов при охлаждении.

Но если даже (не дай Бог!) остановка сердца у вашего товарища произошла, не теряйтесь и приступайте к сердечно-легочной реанимации.

Рекомендации при плавании в холодной воде.

Хотя плавание в Якутии, да и в России в целом во время половодья маловероятно, основные правила надо знать. Главное – преодолеть в первый момент ощущение безысходности от отсутствия соответствующей тренировки. В.С. Кащеев в таких случаях рекомендует: "не переворачиваться на спину, если снаряжение в области шеи и головы имеет недостаточную теплоизоляцию, не делать попыток удержаться в горизонтальном положении, т.к. периодическое погружение головы, неизбежное в этом случае, увеличивает теплопотери.

Не следует сбрасывать лишнюю одежду, если она не создает отрицательную плавучесть. Многочисленные примеры аварийных ситуаций свидетельствуют о том, что даже полностью промокшая одежда частично защищает от охлаждения в воде.

Остановимся подробнее на других, более вероятных ситуациях.

Выживание при попадании в холодную воду и быстром извлечении.

Методы согревания.

Если вы предусмотрительны, то приготовьте все заранее, и весной вряд ли будете страдать от холода. Но если уж событие произошло, вы промокли и замерзли, необходимо помнить следующее:

После попадания в холодную воду (проваливании под лед) и быстром извлечении из нее, надо очень осторожно применять метод согревания бегом или любым другим интенсивным движением. Это доступно только людям с очень тренированным организмом, в частности, сильными сердцем и легкими. В противном случае, через несколько часов интенсивных попыток согреться неизбежно наступает уже упоминаемая третья стадия замерзания с частичной потерей сознания (третья стадия может возникнуть и просто при долгом нахождении в условиях низкой температуры). Итак вы промокли и трясетесь от холода (а может быть уже и перестали трястись, наполовину потеряв сознание)!

Первое: переодеться в сухую одежду (переодеть пострадавшего). Если нет сухой – снять мокрую, отжать и надеть на себя. В этом случае на голое тело предпочтительнее надевать шерстяные вещи. Они телом согреваются быстрее.

При третьей стадии замерзания спасение опять же приходит от желания "отдать всего себя погибающему товарищу". К примеру, при групповом нахождении на природе в дополнение к костру, эффективному только при второй стадии, можно использовать метод согревания хорошо известный туристам: когда пострадавшего помещают в спальный мешок вместе со спасателем, который своим телом согревает в первую очередь живот и грудь. Второй спасатель, если позволяют размеры спального мешка, отогревает спину.

При отсутствии спального мешка его подобие сооружается из одежды всей группы (либо семьи), которая проводит это время возле костра.

Подчеркнем: обучать данному методу (особенно подростков) следует очень осторожно и тактично. В противном случае возможны неприятности.

Из этой же серии приведем ряд ошибочных рекомендаций. В частности, замерзшие руки (если они не способны удержать даже спички) отогревать под мышками либо на животе. Если живот для этого еще более или менее приемлем, то подмышки – нет.

Такая рекомендация чаще приводит к ухудшению ситуации. Представьте себе, что замерзшими, негнушимися пальцами человек пытается расстегнуть верхнюю одежду на груди. Это

ему не удастся. Взмах ножа – пуговицы либо шнуровка отлетают прочь! Но далее, как правило, свитер! Следуют судорожные попытки залезть под него руками либо через низ, либо через ворот. В первом случае оголяется живот, во втором – рвется (а иногда и разрезается) ворот. Слегка отогрев руки, человек приступает к работе с оголенной грудью. Ситуация усугубляется!

Выход: общеизвестное отогревание рук "по-рыбацки", т.е. на внутренней стороне бедер, где проходят наиболее крупные артерии и запас тепла максимальный. И доступ к этим местам при любой одежде – наиболее легок! Трех-четыре минут достаточно, чтобы продолжить работы.

Трижды будет мудр тот, кто заранее приготовит для себя, своей семьи и даже "животины" все необходимое, и даже загодя построит домик-сарай на пригорке. Но всего не предусмотреть. Да и приготовленное "умеет когда-нибудь заканчиваться".

Специалисты знают: ощущение ограниченности своих ресурсов и запасов – само по себе огромное психологическое напряжение, которое не всякий выдержит. Обладая же нашим знанием, вы практически всеильны. И в любом случае можете действовать активно. И даже при необходимости помочь своему менее расторопному соседу.