

Postępowanie w terenie lawiniastym

- Utworzyć odstępy i konsekwentnie je zachowywać (dyscyplina w grupie!!!).
- Dużą grupę podzielić na podgrupy max. 3-osobowe, działające w oddaleniu (ale z zachowaniem kontaktu wzrokowego).
- Szczelnie zapiąć ubranie, naciągnąć kaptur, szalik lub maskę na twarz, założyć kask – zwiększamy szansę uzyskania poduszki powietrznej.
- Uwolnić dłonie z pętli w kijkach narciarskich i czekanach (ew. odpiąć czekan ze smyczy).
Narciarze: odpiąć od nart paski zabezpieczające przed zgubieniem.
- Rozpiąć wszelkie nadmiarowe paski w dużych plecakach (pasy biodrowe, piersiowe) .
Przy dużym zagrożeniu - nieść taki plecak na jednej szelce (o ile nie kłóci się to ze stabilnością ruchów).
- Plecak nieduży (do 30 l), kompaktowo spakowany, mocno dociągamy pasami do tułowia.
Plecak wypornościowy – „uzbroić”!
- Szczególnie niebezpieczne miejsca pokonywać pojedynczo – pozostali uważnie obserwują przekraczającego.
- Jeśli istnieje REALNA możliwość sztywnej asekuracji ze skał lub drzew - zastosować.
- W marszu: „miękkie” i stabilne ruchy (nie potykać się, nie przewracać się!).
Na nartach: łagodne skręty, równomierne rozkładanie ciężaru, ew. obniżanie techniką schodkowania.

Postępowanie w przypadku zejścia lawiny

OFIARA:

Gdy rozpoczyna się obryw:

PAMIĘTAJ – między momentem "stęknienia" stoku a ruszeniem śniegu upływa od kilku do kilkudziesięciu sekund – ten czas należy dobrze **wykorzystać**:

- Odrzucić kijki, rzucić „zwykły” plecak - jeśli jest duży lub ciężki.
- Uruchościć napętnianie plecaka wypornościowego (o ile taki posiadamy).
- Narciarz: pozbyć się nart. Piechur na raketach śnieżnych: pozbyć się raket.

W zsuwającej się lawinie:

- Walczyć o pozostanie na powierzchni, próbować wytoczenia na bok.
- Gdy śnieg wciąga pod powierzchnię:
 - ukryć twarz pomiędzy ramionami (osłonić nos i usta, chronić łokciami twarzoczaszkę),
 - skulić się do pozycji embrionalnej.

Gdy lawina się zatrzyma:

- Delikatnie wypluć ślinę lub oddać mocz - spłynie po skórze W DÓŁ, co pozwala zorientować się w kierunkach (a mocz dodatkowo utworzy silny ślad zapachowy dla psa ratowniczego).
- W zidentyfikowanym kierunku "do góry" silnie pchnąć kończynę - jest szansa na utworzenie kanału powietrznego (często ludzie giną od uduszenia warstwą 20...30 cm śniegu!).
- Jednorazowym ruchem (!) rozepchnąć śnieg przy głowie, a później nie szamotać się, spowolnić oddech
 - nie zużywać na darmo zapasów tlenowych organizmu.

Postępowanie w przypadku zejścia lawiny (c.d.)

ŚWIADEK:

- **Wezwać pomoc przez telefon komórkowy lub radiotelefon** - zawiadomić o lawinie służby ratownicze (np. TOPR) nawet jeśli mamy szansę poradzić sobie samodzielnie.
W razie samodzielnego wydobycia osób zasypanych, nie wolno sugerować się ich zapewnieniami, że wszystko jest OK (bo tak działa adrenalina!). O dalszym postępowaniu niech decydują profesjonalni ratownicy.
- **Każdy wstający z lawiniska zaznacza swoje miejsce** - często układ osób (np. kolejność w szeregu) pozostaje taki sam, jak przed zejściem lawiny.
- **Zaznaczyć – ale tylko jeśli jest się pewnym (!!!) - miejsce zniknięcia pod śniegiem osoby poszukiwanej.**
- **Wyznaczyć realny obszar poszukiwań** - 60° klin (rozarty w dół) od najwyższego miejsca zniknięcia osoby.
- **Rozejrzeć się po lawinisku** - wypatrywać kończyn lub głów wystających spod śniegu.
- **Przedmioty rozrzucone na powierzchni lawiniska zazwyczaj są ułożone w linii spadania ich posiadacza.**
- **Zachować ciszę** - często słychać głosy ofiar, zwłaszcza póki lawinisko jeszcze nie stężało.
- **Przystąpić do procedury przeszukiwania lawiniska ...**

Postępowanie w przypadku zejścia lawiny (c.d.)

ŚWIADEK (c.d. - ratowanie):

Przeszukiwanie lawiniska:

- Przy przeszukiwaniu zespołowym - koniecznie wyznaczyć kierownika grupy (koordynatora).
- Koordynator **NIE UCZESTNICZY** w aktywnym przeszukiwaniu lawiniska, natomiast jest odpowiedzialny za porządek działań i utrzymanie łączności oraz monitoruje stan ewentualnych zagrożeń ze strony dalszych lawin i ostrzega grupę poszukiwawczą.
- Kierunek przeszukiwania lawiniska (z dołu do góry, czy z góry w dół) w każdym przypadku należy dostosować do sytuacji. Liczy się czas! Jeśli obserwowaliśmy wypadek z góry - szukamy od góry w dół, jeśli jesteśmy na dole - zaczynamy od czoła lawiniska.
- Pamiętać o własnym bezpieczeństwie: ocenić możliwość zejścia lawiny wtórnej, a w razie schodzenia do lawiniska po odstąpieniu podłożu – złożyć raki i wziąć czekan w dłoń.

* Pośpiech poszukiwań ma kolosalne znaczenie:

- przeżywa ponad 50% ofiar wykopanych przed upływem 15 minut,
- później szanse przeżycia gwałtownie maleją.

Postępowanie w przypadku zejścia lawiny (c.d.)

ŚWIADEK (c.d. - ratowanie):

Jeżeli posiadamy detektory (LVS):

- **Wszyscy świadkowie przełączają własne detektory na odbiór**, albo – jeśli nie są potrzebni - oddalają się poza zasięg detektorów grupy poszukiwawczej (na co najmniej 60 m).
- **Osoby poszukujące detektorami WYŁĄCZAJĄ swoje telefony komórkowe** lub (w najgorszym razie) zapewniają ich odległość od detektora nie mniejszą niż 80 cm!
- **Każdy po przełączeniu swojego detektora w tryb odbiorczy („SEARCH”) melduje gotowość reszcie grupy poprzez podniesienie ręki** - i czeka z ręką w górze, aż wszyscy zameldują gotowość (nie wolno zaczynać przedwcześnie pelengacji elektronicznej!)
- **Rozpoczynamy elektroniczne przeszukiwanie lawiniska zgodnie z procedurą obsługi detektora LVS** (w trzech fazach: pierwsze dwie fazy - biegiem, ew. na nartach, trzecia – na klęcząco, bez nart!).
- **Po skutecznej lokalizacji elektronicznej - wykonać sondowanie weryfikacyjne: sondę należy wbijać w śnieg prostopadle do powierzchni stoku!**
Tę czynność można pominąć gdy głębokość wskazywana przez detektor nie przekracza 40 cm (0,4 m).

Postępowanie w przypadku zejścia lawiny (c.d.)

ŚWIADEK (c.d. - ratowanie):

Jeżeli zasypani **NIE** są wyposażeni w nadajniki (LVS):

- **Rozpoczynamy sondowanie sondami lawinowymi** lub zaimprovizowanymi narzędziami: kijkami narciarskimi (zdjąć talerzyki!) czekanami, nartami, masztami namiotowymi.
- **W dużej grupie stosujemy ciasny szyk tyraliery** (ale to sytuacja bardzo rzadka w ratowaniu partnerskim!).
Sondując w pojedynkę lub w małej grupie – poruszamy się systematycznie równoległymi pionowymi pasami.
- **Sondy prowadzimy PIONOWO, nakłuwamy śnieg co ok. 0,5 m na głębokość max. 1,5 m** (przy przeszukiwaniu „amatorskim” nie ma szansy na skuteczną pomoc osobom głębiej zasypanym, lepiej postawić na szybkość szukania).
- **Szczególnie dokładnie penetrujemy okolice przeszkód terenowych** – drzew, głazów, itp.
- **Pamiętamy o rzeczywistym i pozornym czole lawiny** – czoła mogą być odległe od siebie nawet o kilkanaście metrów. Czoło rzeczywiste może być bardzo słabo widoczne i zawsze leży dalej (niżej) niż czoło pozorne!
- **Nasłuchujemy** ewentualnych odgłosów spod śniegu.
- **Na lawinisku oraz w pobliżu nie oddawać moczu i kału, nie wymiotować, ani nie zanieczyszczać terenu w każdy inny sposób** - aby nie zniszczyć śladów zapachowych dla psa ratowniczego.
- Należy zdawać sobie sprawę, że szanse odnalezienia ofiary (zwłaszcza szybkiego) są bardzo małe.

Postępowanie w przypadku zejścia lawiny (c.d.)

ŚWIADEK (c.d. - ratowanie):

Po zlokalizowaniu ofiary:

- **Nie wyciągać sondy ze śniegu** (do czasu odkopania ofiary).
 - Wyznaczyć miejsce odległe (w dół stoku) od sondy o 1,5 do 3 głębokości trafienia (na sondzie jest skala centymetrowa, a segmenty sondy mają typowo 40 cm) – im stok mniej stromy, tym większy dystans.
 - **W tak wyznaczonym miejscu rozpocząć POZIOME wkopywanie w lawinisko, odrzucając śnieg w dół stoku.** Jeśli zasypanie nastąpiło w obszarze połogim (np. na dnie doliny lub w zagłębieniu terenowym), sytuacja jest na ogół tragiczna!
 - **Ostrożnie odkopać twarz, udroźnić usta i nos - umożliwić zasypanemu samodzielne oddychanie** (większość ofiar lawin ginie z powodu uduszenia).
 - **Ostrożnie wysunąć ofiarę na wykopaną „rampę”, unikając drastycznych zmian pozycji ciała.** Uwaga! Staramy się nie pogłębiać urazów oraz nie „przetaczać” wychłodzonej krwi z kończyn do obwodu centralnego (ponad 20% ofiar lawin umiera z powodu obrażeń mechanicznych, a ok. 10% z powodu wychłodzenia).
 - **Przystąpić do pierwszej pomocy medycznej** (ogłędziny i opatrzenie urazów, termoizolacja, resuscytacja).
-