



Кто подскажет, как вести себя на рыбалке?

В печати часто публикуются статьи о радостях рыбной ловли, о редкостных уловах иных счастливиц. Однако крайне редко, к сожалению, можно прочесть о том, как конкретно подготовить и организовать рыбалку.

Рыбалка, как и любой вид активного отдыха, требует соблюдения определённого режима, однако страстные удильщики часто не считаются ни с чем, лишь бы поскорее очутиться на водоёме. Споры нет, чем больше времени находишься на лоне природы, тем лучше. Но рыбная ловля должна быть так организована, чтобы рыболов не забывал о завтраке, обеде, ужине, а не ел лишь тогда, когда рыба перестала клевать. Прочитав эти строки, некоторые рыболовы, наверняка припомнят, как возвращались домой голодные и уставшие, а летом частенько с кожей, покрытой волдырями: в погоне за ещё одной плотвичкой забывали, что над головой жаркое солнце. А зимой? Богатый улов порой ассоциируется с отморозенными щеками, носами, пальцами, насморком и так далее.

Быть может, кому-то покажется неоправданным совет: перед началом занятий рыбалкой посоветоваться с врачом относительно дозировки физической нагрузки. Однако это важно. Бывалый рыболов знает, что нагрузка во многом зависит от способа, места и времени лова. Если, скажем, человек сидит среди прибрежных кустов с поплавковой удочкой, усилий он затрачивает немного. А если он станет ловить спиннингом, нахлѐстом, нагрузка значительно возрастает. И ещё. Зимой, когда приходится сверлить десятки лунок, передвигаться по скользкому льду в полушубке, валенках с галошами, затрачиваешь сил куда больше, чем летом. Нельзя не считаться и с расстоянием от дома или узкоколейки до заветного места ловли.

Да, совет врача, несомненно, пригодится, особенно пожилому рыболову и новичку. Если разумно распределить свои силы, не придётся просить товарища после рыбалки помочь добраться до ближайшего медпункта или поликлиники. Были случаи у нас на озере и со смертельным исходом по причине сердечной недостаточности, солнечного удара и переохлаждения. Часто можно видеть отдыхающих перед «штурмом Сапун-горы» пожилых людей, которые набираются сил у водокачки.

Советов медиков в печати и на конференциях по вопросу здоровья рыбаков я ни разу не слышал. Нельзя, конечно, утверждать, что абсолютно все любители рыбалки незнакомы с гигиеническими правилами поведения на водоёме. Но где почерпнули они свои знания? У костра после рыбалки, из рассказов друзей. Не по этой ли причине среди рыболовов часто разгораются споры, как одеваться на рыбалку, что есть, что пить. В частности, одни утверждают, будто на льду горячий чай, кофе пить нельзя — портится, мол, эмаль зубов. Другие это отрицают, считая термос такой же необходимой принадлежностью зимней рыбалки, как ледобур.

Хочу напомнить, что значительная часть рыбаков-любителей — это люди в годах, порой отягощённые хроническими недугами. Кроме того, это новички, подростки. Среди них есть и физически слабые люди. Этим категориям удильщиков просто необходимо соотноситься со своими силами, с возможностями организма. Только тогда они будут возвращаться с рыбалки бодрыми, с новым запасом энергии и положительных эмоций. И не будет начинающий рыбак в сердцах говорить дома своим родным: «Если бы мне не твердили, что рыбалка — удовольствие, я подумал бы, что это настоящая каторга!» Кто же должен помочь рыболовам установить контакт с медиками? Думается, прежде всего, городские общества рыболовов и первичные организации на предприятиях.

Д. Озеровский.