

Как показывает практика, наиболее распространенный способ времяпрепровождения в летний период – это отдых вблизи водоемов, поэтому, когда погода радует теплом и солнцем, люди стремятся провести эти дни рядом с водой. К сожалению, во время беззаботного летнего отдыха люди нередко забывают об элементарных правилах безопасности при купании, пренебрежение которыми может привести к несчастным случаям.

Статистика свидетельствует, что чаще всего в открытых водоемах тонут люди, умеющие плавать. Причинами тому оказываются нетрезвое состояние, лихачество, переоценка своих сил и возможностей и незнание правил поведения в экстремальной ситуации.

В связи с этим отдел надзорной деятельности и профилактической работы города Можги, Можгинского, Алнашского, Граховского и Кизнерского районов напоминает об элементарных правилах безопасного поведения на водных объектах, помогающих избежать большинства крайне неприятных ситуаций:

1. Купайтесь только на организованных пляжах.
2. Не ныряйте в незнакомых местах.
3. Не заплывайте за буйки.
4. Не выплывайте на судовой ход и не приближайтесь к судам.
5. Не устраивайте в воде игр, связанных с захватами.
6. Не плавайте на надувных матрацах или камерах.
7. Не купайтесь в нетрезвом виде.

Зачастую оказывается, что, даже соблюдая все правила поведения на воде, можно попасть в беду. Самая распространенная опасность – судороги. Почувствовав, что это произошло, самое главное – не поддаваться панике. Нужно на секунду погрузиться под воду и, распрямив ногу, с силой потянуть на себя ступню за большой палец.

Конечно, может оказаться и так, что у вас на глазах тонет человек. Две первоочередные задачи, стоящие перед вами: безопасное извлечение пострадавшего и вызов скорой медицинской помощи.

Заметив тонущего человека, сразу определите, нет ли под рукой средства, которое можно бросить пострадавшему. Если ничего подходящего не оказалось, к пострадавшему следует добираться вплавь, предварительно ободрив его криком. Подплыв к утопающему, нужно поднырнуть под него и, взяв сзади, транспортировать к берегу.

Следует учесть, что пострадавший, теряющий сознание от нехватки кислорода, может схватить вас и потащить за собой. В этом случае вам необходимо немедленно нырнуть под воду - инстинкт самосохранения заставит его отпустить вас.

Если человек уже погрузился в воду, не прекращайте попыток найти и извлечь его, а затем вернуть к жизни. Это можно сделать даже в том случае, если тонущий пробыл в воде около 6 минут.

Вытащив пострадавшего на берег, осмотрите его рот и нос: они могут быть забиты илом или песком (их нужно прочистить пальцами, повернув голову человека на бок). Затем положите человека животом на свое колено (голову свесить лицом вниз) и, сильно нажав на поясницу, выплесните воду из желудка и дыхательных путей. Все это надо делать быстро, а затем перевернуть пострадавшего на спину и начать искусственное дыхание.

Встаньте на колени слева, максимально запрокиньте голову утонувшего (это очень важно) и, сместив челюсть вниз, раскройте ему рот. Сделайте глубокий вдох, приложите свои губы к губам пострадавшего (через платок или марлю) и с силой выдохните воздух.

Если у утонувшего нет сердцебиения, искусственное дыхание сочетают с непрямой массажем сердца. Для этого одну ладонь положите поперек нижней части грудины (но не на ребра!), другую – поверх первой накрест. Надавите на грудину так, чтобы она прогнулась на 3-5 см и отпустите. Прогибать нужно сильно, толчком, используя вес

своего тела. Через каждое вдувание делайте 4-5 надавливаний. Не прекращайте реанимационных действий до прибытия скорой помощи.

Детям и младенцам нельзя делать полный вдох во избежание разрыва легких, а надавливание необходимо производить одной ладонью (детям) или двумя пальцами (младенцам).

В заключение хочется отметить, что бдительность и осторожность на воде никогда не помешают, даже если вы самый лучший пловец с медицинским образованием. Учитесь сами и учите детей во избежание трагедии.



ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ НА РЫБАЛКЕ С ЛОДКИ



РЕКОМЕНДУЕТСЯ



ВЗЯТЬ СПАСАТЕЛЬНЫЙ
ЖИЛЕТ



ПРИ ПАДЕНИИ В ВОДУ,
ПЛЫТЬ НА МЕЛЬ,
УХВАТИВШИСЬ ЗА ЛОДКУ

НЕ РЕКОМЕНДУЕТСЯ



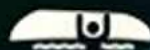
СПАТЬ, НАХОДЯСЬ
В ЛОДКЕ



ДЕРЖАТЬ ЛОДКУ БОКОМ К
ВЕТРУ ИЛИ СИЛЬНОЙ ВОЛНЕ



РЫБАЧИТЬ ЛЮДЯМ,
НЕ УМЕЮЩИМ
ПЛАВАТЬ



ПЫТАТЬСЯ ЗАБРАТЬСЯ
НА ПЕРЕВЕРНУВШУЮСЯ
ЛОДКУ



6 СОВЕТОВ КАК ВЕСТИ СЕБЯ ВО ВРЕМЯ КУПАНИЯ



После солнечной ванны
не бросайтесь сразу в воду.



Выпили алкоголь -
в воду не заходите.



Не подплывайте
к водоворотам.



Для комфортного купания
температура воды должна
быть не ниже 18°. Первый
заход в воду должен
длиться не более 5 минут.



Для купания выбирайте
специально подготовленные
места - оборудованные пляжи
и берега водоемов.



Не ныряйте в воду,
если не знаете глубину
и состояние дна.