

Правила поведения на воде

В летний период времени особую опасность несут водоемы. В этой связи, необходимо соблюдать следующие правила безопасности:

1. Не ныряйте в необследованных местах водоёмов, так как под водой могут находиться опасные предметы.
2. Купайтесь только в организованных и оборудованных местах.
3. Учитесь плавать на отведенных для этих целей участках акваторий пляжей с глубинами не более 1 м. 20 см.
4. Будьте бдительны в отношении поведения подростков на водных объектах (не допускайте шалости, связанные с нырянием и захватом купающихся, подачей криков ложной тревоги и др.).
5. Не оставляйте на водоемах без присмотра детей, не умеющих плавать.
6. Не купайтесь на водоемах в нетрезвом состоянии, «Пьяный пловец - потенциальный утопленник».
7. Не заплывайте далеко от берега, - рассчитывайте силы на обратный путь.
8. Не переохлаждайте организм длительным пребыванием в воде во избежание озноба и судорог.
9. Проявляйте осторожность во время плавания с подводной маской и дыхательной трубкой.
10. Не используйте для плавания автомобильные камеры, надувные матрацы и другие непредназначенные для этого предметы.

Способы оказания помощи тонущему человеку

К тонущему человеку всегда следует подплывать сзади. Если сделать это невозможно, надо поднырнуть под тонущего, захватить левой рукой под колено его правую ногу, а ладонью правой руки сильно толкнуть левое колено спереди и развернуть тонущего спиной к себе. Этот прием применяют в случаях, когда пострадавший совершает беспорядочные движения или оказывает сопротивление спасателю. Оказавшись за спиной тонущего, спасатель пропускает свою руку подмышку правой руки пострадавшего и, крепко захватив его руку и плечо, всплывает с ним на поверхность.

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПОСТРАДАВШИМ НА ВОДЕ

Если потерпевший находится в сознании, необходимо снять с него мокрую одежду, обтереть тело, укутать и дать какой-либо подкрепляющий напиток (чай, кофе, пр.), а также настойку валерианы с ландышем.

Если потерпевший находится в бессознательном состоянии, но пульс и дыхание сохранены, то его следует уложить на спину с опущенной головой и приподнятыми ногами, расстегнуть (снять) стесняющую одежду, дать понюхать нашатырный спирт. Одновременно нужно принять меры по согреванию, растирая тело по направлению к сердцу и делая массаж верхних и нижних конечностей. При появлении синюшности (кожа приобретает синий цвет) пострадавшему необходимо сделать искусственное дыхание.

В любом случае, даже после успешного оказания первой помощи пострадавшего на воде необходимо доставить в лечебное учреждение.