Если тонет человек.

Спасение утопающих, вопреки народной поговорке, совсем не дело рук самих утопающих, когда то самое дело доходит до реального спасения того, кто оказался в воде.

Слово «утопающий» часто рисует нам одну и ту же картину в голове, которую мы привыкли видеть в кино: бултыхающийся в воде человек, беспорядочные крики о помощи, но скорее всего вы не услышите громких криков о помощи, ведь у тонущего человека порой не хватает на это ни сил, ни времени – они уходят на то, чтобы вдохнуть как можно больше воздуха.

Из-за хаотических телодвижений и общего состояния паники происходит нарушение дыхания, отчего крик о помощи, да так, чтоб его еще услышали за несколько метров, в самый критический момент становится непосильной задачей.

Представьте, что вы вглядываетесь в синий горизонт и замечаете следующую картину: голова пловца откинута назад, а рот при этом остается открытым, глаза его закрыты или скрыты под волосами, при этом сам он судорожно машет руками, безуспешно пытаясь поплыть или изменить положение тела. Все эти признаки говорят о том, что он тонет и ему нужна помощь.

Сезон отдыха у речек и водоемов в самом разгаре, поэтому самое время ознакомится с основными действиями при возникновении опасной ситуации: «Человек тонет», а что нужно сделать, чтобы не попасть в такую ситуацию необходимо соблюдать следующее:

ОСНОВНЫЕ МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ КУПАНИИ В ОТКРЫТЫХ ВОДОЕМАХ.

Открытые водоемы, безусловно, источник опасности, и поэтому осторожность при купании и плавании вполне оправдана. Купание полезно только здоровым людям, поэтому проконсультируйтесь с врачом, можно ли вам и Вашим детям купаться.

Лучшее время суток для купания - 8-10 часов утра и 17-19 часов вечера. Не следует купаться раньше чем через час-полтора после приема пищи.

Взрослые должны ознакомить детей с правилами безопасности на водных объектах, прежде чем дети отправятся в лагеря, туристические походы, пикники.

Умение хорошо плавать - одна из важнейших гарантий безопасного отдыха на воде, но помните, что даже хороший пловец должен соблюдать постоянную осторожность, дисциплину и строго придерживаться правил поведения на воде.

1) Перед купанием следует отдохнуть.

2) Не рекомендуется входить в воду разгоряченным.

3) Не отплывайте далеко от берега, не заплывайте за предупредительные знаки.

4) Купайтесь в специально отведенных и оборудованных для этого местах.

5) Перед купанием в незнакомых местах обследуйте дно.

6) Входите в воду осторожно, медленно, когда вода дойдет вам до пояса, остановитесь и быстро окунитесь.

7) Никогда не плавайте в одиночестве, особенно, если не уверены в своих силах. Не подавайте ложных сигналов бедствия.

8) Следите за играми детей даже на мелководье, потому что они могут во время игр упасть и захлебнуться. Не устраивайте в воде игр, связанных с захватами - в пылу азарта вы можете послужить причиной того, что партнер вместо воздуха вдохнет воду и потеряет сознание. Учиться плавать дети могут только под контролем взрослых.

Опасно прыгать (нырять) в воду в неизвестном месте - можно удариться головой о грунт, корягу, сваю и т.п., сломать шейные позвонки, потерять сознание и погибнуть.

СПАСЕНИЕ УТОПАЮЩЕГО В ВОДЕ.

Первое, что необходимо сделать – вытащить тонущего на сушу, но чтобы операция «спасение» оказалась максимально успешной, желательно соблюсти следующие пункты:

1) Не спешите снимать на телефон утопающего – спешите оказать помощь;

2) Оповестите всех вокруг криком «Человек тонет!»;

3) Попросите (твердо, решительно, без извинительного тона) вызвать спасателей и скорую помощь;

4) Снимите с себя верхнюю одежду и обувь и плывите к утопающему ( если умеете хорошо плавать);

Второе, помните, что утопающий в состоянии сознания представляет угрозу своему спасителю - в паническом припадке он может вцепиться в вашу одежду, голову или руки, мешая собственному спасению, поэтому:

1) Приблизившись к тонущему, объяснить ему, чтобы он ухватился за ваше плечо одной рукой и активно бултыхал ногами.

2) Если слова не помогают, схватите тонущего за волосы или обхватите левой рукой вокруг шеи, приподнимите над водой лицо и тащите на берег.

ПРАВИЛА ОКАЗАНИЯ ПОМОЩИ ПРИ УТОПЛЕНИИ:

1) Перевернуть пострадавшего лицом вниз, опустить голову ниже таза.

2) Очистить ротовую полость.

3) Резко надавить на корень языка.

4) При появлении рвотного и кашлевого рефлексов - добиться полного удаления воды из дыхательных путей и желудка.

5) Если нет рвотных движений и пульса - положить на спину и приступить к реанимации (искусственное дыхание, непрямой массаж сердца). При появлении признаков жизни - перевернуть лицом вниз, удалить воду из легких и желудка.

6) Вызвать «Скорую помощь».

7) Если человек уже погрузился в воду, не оставляйте попыток найти его на глубине, а затем вернуть к жизни. Это можно сделать, если утонувший находился в воде не более 6 минут.