

**ПОЛИЦИЯ
РЕКОМЕНДУЕТ**

Единый номер вызова
экстренных служб

112



ПРОВЕДИТЕ КУПАЛЬНЫЙ СЕЗОН БЕЗОПАСНО!

РОДИТЕЛИ!

не отпускайте детей на водоем без присмотра либо с лицами, находящимися в состоянии опьянения;

ни на минуту не оставляйте их без внимания;

организуя купание только в специальных приспособлениях (нарукавниках, спасательном жилете). перед применением удостоверьтесь в их исправности;

не позволяйте детям цепляться за лодки, залезать на знаки навигационного оборудования.

Обо всех случаях, когда дети подвергают свою жизнь опасности, СООБЩИТЕ В ПОЛИЦИЮ!



ПРОСТЫЕ ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ



**В случае ЧП звоните 02
(или 102 – с мобильного)**



купайтесь только в специально отведенных для этого местах;



не заплывайте дальше рекомендованной глубины, обозначенной буйками и ограждениями;



не прыгайте в воду с катеров, лодок, причалов;



не заходите в воду в нетрезвом состоянии;



не подавайте ради шутки сигналы ложной тревоги;



не приближайтесь, находясь в воде, к плавсредствам (судам, плотам, катамаранам);



не плавайте в незнакомом месте, под мостами, у плотин;



не ныряйте в незнакомые водоемы: не зная дна, вы можете пораниться.

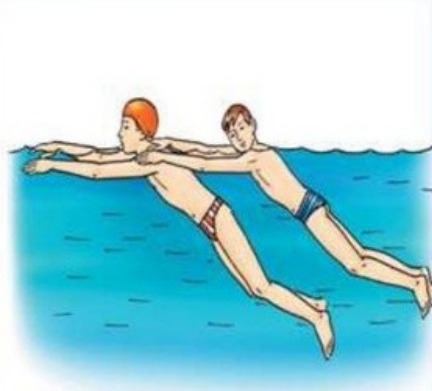
Оказание помощи терпящим бедствие на воде



ЕСЛИ ПРИ ПЛАВАНИИ СВЕЛО НОГУ, ТО НЕОБХОДИМО НА СЕКУНДУ ПОГРУЗИТЬСЯ С ГОЛОВОЙ В ВОДУ, РАСПРЯМИВ НОГУ, СИЛЬНО ПОТЯНУТЬ РУКОЙ СТУПНЮ НА СЕБЯ ЗА БОЛЬШОЙ ПАЛЕЦ



ЕСЛИ ТОНУЩИЙ МОЖЕТ САМОСТОЯТЕЛЬНО ОСТАВАТЬСЯ НА ПОВЕРХНОСТИ ВОДЫ, ДОСТАТОЧНО БРОСИТЬ ЕМУ СПАСАТЕЛЬНЫЙ КРУГ, ЗА КОТОРЫЙ ОН МОЖЕТ ДЕРЖАТЬСЯ, ПОКА К НЕМУ НЕ ПОДПЛИВЁТ СПАСАТЕЛЬ.



ЕСЛИ ВЫ ХОРОШИЙ ПЛОВЕЦ, ТАКОЙ СПОСОБ ТРАНСПОРТИРОВКИ ПОСТРАДАВШЕГО В ВОДЕ НАИБОЛЕЕ ПРИЕМЛЕМ. НЕ ДАВАЙТЕ УТОПАЮЩЕМУ СХВАТИТЬ ЗА ВАС.



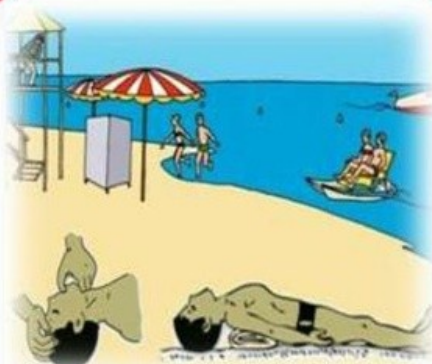
ПОДПЛЫВАТЬ К ТОНУЩЕМУ СЛЕДУЕТ ОСТОРОЖНО. БРАТЬ УТОПАЮЩЕГО БЕЗОПАСНЕЕ ВСЕГО СЗАДИ ПОД МЫШКИ И, ПОДДЕРЖИВАЯ ЕГО ЛИЦО НАД ВОДОЙ, ПЛЫТЬ К БЕРЕГУ.



НЕ ОТСТАВЛЯЙТЕ ПОПЫТОК ДОСТАТЬ УТОНУВШЕГО СО ДНА. ЭТО НУЖНО ДЕЛАТЬ 10 МИНУТ С МОМЕНТА ЕГО ПОГРУЖЕНИЯ. **ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ – ПОСТРАДАВШИЙ В СОЗНАНИИ:** СНЯТЬ МОКРУЮ ОДЕЖДУ, ПЕРЕОДЕТЬ



В СУХОЕ БЕЛЬЁ; ТЕПЛО УКУТАТЬ; НАПОИТЬ ГОРЯЧИМ ЧАЕМ ИЛИ КОФЕ. **ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ – ПОСТРАДАВШИЙ БЕЗ СОЗНАНИЯ:** ОЧИСТИТЬ ПОЛОСТЬ РТА ОТ ИЛА И ТИНЫ. УДАЛИТЬ ИЗ ДЫ-



ХАТЕЛЬНЫХ ПУТЕЙ И ЖЕЛУДКА ВОДУ. ПОСТАТЬ НА ОДНО КОЛЕНО, ПОЛОЖИТЬ ПОСТРАДАВШЕГО ЖИВОТОМ НА СВОЁ БЕДРО, НАДАВЛИВАЯ НА СПИНУ ПОСТРАДАВШЕГО, СЖИМАТЬ ЕГО ГРУДЬ.



ПОСЛЕ ТОГО КАК ВОДА ВЫТЕЧЕТ, ПОСТРАДАВШЕГО УЛОЖИТЬ НА СПИНУ. ЕСЛИ НОРМАЛЬНОЕ ДЫХАНИЕ НЕ ВОССТАНОВИЛОСЬ – СДЕЛАТЬ **ИСКУССТВЕННОЕ ДЫХАНИЕ.**



Первая помощь при утоплении



После того как вы извлекли пострадавшего на берег, уложите его животом на свое колено, надавливайте на область нижних ребер сзади, дайте воде стечь из дыхательных путей.



Очистите полость рта от посторонних предметов (слизи, рвотных масс и т.п.) с помощью любой ткани (платка, куска материи). Немедленно вызовите «скорую помощь» (самостоятельно или с помощью окружающих).



Определите наличие пульса на сонных артериях, самостоятельного дыхания, реакции зрачков на свет (зрачки на свету сужаются, значит, пострадавший жив).



Если реакция зрачков на свет, пульс, дыхание отсутствуют – начинайте сердечно-легочную реанимацию. Продолжайте до прибытия «скорой помощи» или до восстановления самостоятельного дыхания и сердцебиения.



Когда восстановится дыхание и сердцебиение, переверните пострадавшего на бок. Укройте и согрейте его.



Техника выполнения сердечно-легочной реанимации:

- пострадавшего необходимо уложить на спину, на твердую и ровную поверхность;
- встаньте справа от пострадавшего на уровне грудной клетки;
- кисти рук, сложенные в замок, расположите на грудину в точке, которая расположена на 2 пальца выше нижнего конца грудины (граница между средней и нижней третью);
- прямыми руками (разогнутыми в локтях) делаем 30 нажатий на грудину. Компрессии проводятся строго вертикально по линии, соединяющей грудину с позвоночником, выполняются плавно, всей тяжестью верхней половины своего тела. Глубина компрессии 5-6 см (для детей – 1,5-2см). Частота 100-120 нажатий в минуту;
- для проведения искусственной вентиляции, левой рукой придерживая голову пострадавшего, одновременно зажимаем ему нос, а правой рукой выдвигаем вперед нижнюю челюсть и раскрываем рот, производим 2 глубоких выдоха в рот пострадавшего через платок или марлю (с гигиенической целью). Выдох должен длиться около 1 секунды и способствовать подъему грудной клетки пострадавшего.
- Если во время реанимации произошел заброс содержимого желудка в ротоглотку, следует повернуть пострадавшего на бок, очистить рот, а затем повернуть обратно на спину и продолжить реанимационные мероприятия.



ВАЖНО

!!! При подозрении на перелом позвоночника пострадавшего необходимо вытаскивать из воды на щите или на доске.

!!! Недопустимо терять время на удаление воды из легких и желудка при отсутствии пульса на сонной артерии.

!!! Реанимационные мероприятия необходимо проводить, даже если человек пробыл под водой больше 5-20 минут.