

Попередження загибелі людей на водних об'єктах у літній період

Переглядів: 467

27 червня 2023



Найбільш чудовий відпочинок улітку - відпочинок на воді.

Окрім того вода – це чудодійний засіб оздоровлення організму. Плавання зміцнює організм, розвиває силу, спритність, витривалість. Людина, яка вміє плавати, почуває себе у воді спокійно і впевнено. Але, на жаль, для декого відпочинок біля води закінчується трагедією.

Так, серед основних причин загибелі дітей на воді є невміння плавати та купання без нагляду дорослих.

Для того, щоб відпочинок на воді приніс тільки задоволення необхідно дотримуватись певних правил, ось вони.

ПРАВИЛА БЕЗПЕЧНОЇ ПОВЕДІНКИ НА ВОДІ:

1. Купатися слід у спеціально обладнаних місцях: пляжах, басейнах, купальнях.
2. Купання корисно лише здоровим, тому проконсультуйтеся з лікарем, чи можна вам купатися. Кращий час доби для купання - 8-10 година ранку та 17-19 година вечора. Не рекомендується купатися чи плавати раніше, ніж через годину-півтори після прийому їжі. Перед купанням слід відпочити.
3. Перш ніж відправити дітей на відпочинок у дитячі табори, туристичні походи, на пікніки, дорослі повинні ознайомити дітей з правилами безпеки на водних об'єктах.
4. Уміння добре плавати - одна з найважливіших гарантій безпечного відпочинку на воді, але пам'ятайте, що навіть хороший плавець повинен дотримуватися постійної обережності, дисципліни і суворо дотримуватися правил поведінки на воді. Не рекомендується входити у воду розпаленим. Не відпливайте далеко від берега, не запливайте за попереджувальні знаки. Входить у воду обережно, повільно. Ніколи не плавайте наодинці, особливо, якщо не впевнені у своїх силах.
5. Категорично забороняється входити у воду як дорослим, так і підліткам після вживання алкогольних напоїв. Дуже часто вони тонуть, втрачаючи самоконтроль.
6. У воді слід знаходитися не більше 10-15 хвилин. При переохолодженні тіла можуть виникнути судоми.
7. При судомах допомагає укол будь-яким гострим предметом (шпилька, булавка та ін.).
8. Не підпливайте близько до моторних плавзасобів. Поблизу них виникає течія, яка може затягнути під гвинт.

9. Перед купанням в незнайомих місцях обстежуйте дно. Небезпечно стрибати або пірнати у воду в невідомому місці - можна ударитися головою об дно, корч, палю і тому подібне, зламати шийні хребці, втратити свідомість і загинути.
10. Не допускайте грубих ігор на воді. Не можна підпливати під тих, хто купається, "топити", подавати неправдиві сигнали про допомогу та ін.
11. Не залишайте без нагляду біля води малюків. Вони можуть оступитися, впасти, захлинутися водою або потрапити до ями.
12. Дуже обережно плавайте на надувних матрацах і надувних іграшках. Вітром або течією їх може віднести далеко від берега, а хвилину - захлеснути, з них може вийти повітря, що може привести до втрати плавучості.
13. Не використовуйте гребні і моторні плавзасоби, водні велосипеди і мотоцикли в зонах пляжів, у громадських місцях купання за відсутності буйкового обгороджування пляжної зони і у межах цієї зони.
14. Не запливайте в зону акваторії, де пересуваються катери і гідроцикли. Ви ризикуєте постраждати від дій недисциплінованого або неуважного власника швидкісного моторного плавзасобу.
15. Не переоцінюйте своїх сил. Не нехуйте засобами перестороги (буйки, сітки, перегородки, попереджувальні знаки). Не запливайте без страхування далеко від берега, на швидку течію, небезпечні місця, хоч як би ви добре не плавали. Запливши далеко від берега, людина стомлюється, її охоплює паніка. Буває, вона навіть втрачає свідомість від переляку.
16. Всім треба пам'ятати, що в місцях відведених для купання, забороняється прати білизну, купати тварин, купатися особам, які мають шкіряні захворювання. Виконуйте ці правила самі і вимагайте, щоб їх дотримувалися ваші товариші.

ЯКЩО ЛЮДИНА ТОНЕ:

1. Відразу голосно звіть на допомогу: "Людина тоне"!
2. Попросіть викликати рятувальників за телефоном «101» і "Швидку допомогу" за телефоном «103».
3. Киньте тому, хто тоне рятувний круг, довгу мотузку з вузлом на кінці.
4. Якщо добре плаваєте, зніміть одяг і взуття та уплав дістаньтеся до того, хто тоне. Заговоріть з ним. Якщо почуєте адекватну відповідь, сміливо підставляйте йому плече в якості опори і допоможіть допливти до берега. Якщо ж потопуючий знаходиться в паніці, схопив вас і тягне за собою у воду, застосовуйте силу. Якщо звільнитися від захоплення вам не вдається, зробіть глибокий вдих і пірніть під воду, захоплюючи за собою потопуючого. Він обов'язково відпустить вас. Якщо потопуючий знаходиться без свідомості, можна транспортувати його до берега, тримаючи за волосся.



ПЕРША МЕДИЧНА ДОПОМОГА ПОТОПАЮЧОМУ:

Витягнувши потерпілого з води, необхідно:

- швидко очистити верхні дихальні шляхи від піску, мулу та водоростей, для чого ставши на праве коліно, покласти потерпілого його черевом на своє ліве стегно вниз обличчям, лівим передпліччям натиснути на спину, щоб вивільнити від води та інших предметів дихальні шляхи, одночасно пальцями правої руки вичищати порожнину рота;
- одночасно з очищенням ротової порожнини подразнювати корінь язика та глотку пальцями, щоб викликати блювання, яке прискорить відновлення життєвих функцій;
- покласти потерпілого на спину, щоб голова була відкинута назад, для розправлення дихальних шляхів, для цього можна використовувати валик з одягу, та інші підручні засоби;
- визначте наявність дихання і пульсу на сонній артерії. Якщо дихання відсутнє, почати робити штучну вентиляцію легень потерпілого, а якщо ще й відсутній пульс, водночас із штучною вентиляцією легень виконується непрямий масаж серця до появи перших ознак життя;
- паралельно здійснюється нагрівання тіла розтиранням.

Одночасно із наданням допомоги потерпілому необхідно викликати «швидку медичну допомогу» або якнайшвидше, не припиняючи реанімаційних заходів, доставити потерпілого до медичного закладу.

Усім потерпілим обов'язково повинно бути надано кваліфіковану медичну допомогу лікарями «Швидкої медичної допомоги» або в лікувальній установі, тому що після порятунку в утопленика висока ймовірність розвитку набряку легень.

ПРАВИЛА ПЕРШОЇ ДОПОМОГИ ПРИ ТЕПЛОВОМУ

АБО СОНЯЧНОМУ УДАРІ:

1. Найбільш небезпечне перебування на сонці з 11 до 17 години дня. В цей час ризик перегрівання максимальний.
2. У жаркий час доби намагайтеся більше знаходитися в тіні. Уникайте прямих сонячних променів.
3. Обов'язково надіньте світлий головний убір, бажано бавовняний.
4. Пийте багато рідини, краще мінеральну воду (не менше 2 літрів в день).
5. Після тривалого перебування на сонці входити у воду слід поступово, щоб тіло звикло до прохолодної води.

Симптоми теплового і сонячного удару: почервоніння шкіри, запаморочення, головний біль, нудота, загальна слабкість, млявість, послаблення серцевої діяльності, сильна спрага, шум у вухах, задишка, підвищення температури тіла, у важких випадках - втрата свідомості.

Під впливом сонячних променів можуть виникнути опіки шкіри 1-2 ступеню. Щоб уникнути опіків, використовуйте сонцезахисні засоби.

ДОПОМОГА ПРИ ТЕПЛОВОМУ УДАРІ:

1. Негайно помістіть потерпілого в тінь або перенесіть його в прохолодне приміщення.
2. Зніміть одяг з верхньої половини тіла і укладіть на спину, трохи підвівши голову.
3. Покладіть на голову холодний компрес.
4. Оберніть тіло мокрим простиралом або обприскайте прохолодною водою.
5. Дайте потерпілому часте питво.
6. При непритомному стані піднесіть до носа вату, змочену нашатирним спиртом.
7. При необхідності, викличте лікаря.

Дотримуйтеся цих простих правил і все буде добре! Нехай свіже повітря, сонце, купання лише радують вас та членів вашої родини, а літо залишиться в пам'яті лише приємними

спогадами.

* джерело: ДСНС