



Если видите тонущего, немедленно зовите:
«**НА ПОМОЩЬ!**» – окружающих и спасателей

При наличии лодки или средств спасения,
воспользуйтесь ими для помощи утопающему



Если умеете хорошо плавать,
попытайтесь самостоятельно
добраться до тонущего



Обхватите утопающего сзади за плечи
и постарайтесь избежать судорожных
попыток ухватиться за вас

Если утопающий находится без сознания,
плывите с ним к берегу, взяв рукой под
подбородок таким образом, чтобы его
лицо постоянно находилось над водой

Попросите
находящихся
поблизости людей
вызвать скорую
помощь

Вынесите утопающего на берег

Немедленно приступайте к оказанию
первой помощи

ОКАЗАНИЕ ПОМОЩИ ТОНУЩИМ НА ВОДЕ



ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ КУПАЮЩИМСЯ В ОЗЕРЕ ИЛИ РЕКЕ



Перед купанием надо отдохнуть, в воду входить быстро надо только на мелководье.
Не рекомендуется купаться при температуре воды ниже 17–19°C и температуре воздуха ниже 21–23°C.
Продолжительность купания не должна превышать 15–20 минут.
Длительное пребывания в воде может привести к сильному переохлаждению тела и опасным для жизни судорогам.
Купание ночью запрещено.
Время купания определяется по местным условиям, но не ранее чем за 2 часа до приема пищи.

При появлении усталости спокойно плывите к берегу.

При появлении судорог, не теряйтесь, старайтесь удержаться на воде и зовите на помощь.

При оказании вам помощи не хватайтесь за спасающего, а старайтесь помочь ему своими действиями.



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:



Не рекомендуется входить в воду разгоряченным.
Не отплывайте далеко от берега, не заплывайте за предупредительные знаки. Купайтесь в специально отведенных и оборудованных для этого местах.
Перед купанием в незнакомых местах обследуйте дно.
Входите в воду осторожно, медленно, когда вода дойдет вам до пояса, остановитесь и быстро окунитесь.
Никогда не

плавайте в одиночестве, особенно, если не уверены в своих силах.

✓ Не подавайте ложных сигналов бедствия.

Помните: купание в нетрезвом виде может привести к трагическому исходу!

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.

При преодолении водоёмов на лодках несовершеннолетние должны быть в спасательных средствах.



В случае возникновения экстремальной ситуации на водоеме срочно звоните по телефону пожарно-спасательной службы «101» или единому телефону спасения «112»

Государственный комитет по гражданской обороне, чрезвычайным
ситуациям и пожарной безопасности Республики Хакасия

памятка

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ:

- ♦ Купайся только в разрешенных местах.
- ♦ Не купайся в одиночку в незнакомом месте.
- ♦ Не заплывай за буйки.
- ♦ Пользуйся надувным матрасом (кругом) **только под присмотром взрослых.**
- ♦ **Держись поближе к берегу**, чтобы в любой момент можно было коснуться ногами дна.
- ♦ **Не ныряй**, если не умеешь плавать.
- ♦ **Никогда не зови на помощь в шутку** – в другой раз, когда помощь действительно понадобится, все подумают, что ты опять шутишь.
- ♦ **Не шали в воде.** Не окунай друзей с головой, не играй в игры с нырянием и захватом друг друга.
- ♦ **Не купайся подолгу**, чтобы не переохладиться и не заболеть.
- ♦ **Не стой на обрывистом берегу** или на краю причала.
- ♦ **Всегда надевай спасательный жилет**, если планируешь плыть на лодке или катере.
- ♦ **Если ты не умеешь плавать, не бросайся на помощь.**
- ♦ **Если кто-то тонет** – брось ему спасательный круг, надувную игрушку или матрас и позови взрослых.

Родители, помните:
большинство несчастных случаев случается именно в тот момент, когда взрослые на «секунду» отвлеклись!
Безопасность детей на водоемах во многих случаях зависит только от Вас!



Единая дежурно-диспетчерская служба -112

Телефон пожарно-спасательной службы - 101

Государственный комитет по гражданской обороне, чрезвычайным
ситуациям и пожарной безопасности Республики Хакасия

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПОСТРАДАВШЕМУ НА ВОДЕ

СРОЧНО ВЫЯСНИТЬ СОСТОЯНИЕ ПОСТРАДАВШЕГО



Установить наличие
пульса на сонной артерии



Определить состояние
самостоятельного дыхания

ПРИ ОТСУТСТВИИ ДЫХАНИЯ ПРОВЕСТИ ИСКУССТВЕННУЮ ВЕНТИЛЯЦИЮ ЛЁГКИХ МЕТОДОМ «РОТ В РОТ»



Удалить воду из дыхательных путей



Очистить полость рта
от инородных предметов



Произвести вдувания



Проконтролировать наличие
пассивного выдоха

ПРИ ОТСУТСТВИИ СЕРДЕЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, ПРОВЕСТИ НЕПРЯМОЙ МАССАЖ СЕРДЦА



При проведении реанимационных мероприятий необходимо одновременно делать искусственную вентиляцию лёгких и наружный массаж сердца, через 2 вдувания и 15 надавливаний. Если медицинскую помощь оказывают 2 человека, то один проводит массаж сердца, другой искусственную вентиляцию лёгких.



Детям до 14 лет делать до 100 надавливаний на грудину в минуту в режиме:
5 надавливаний – 1 вдувание
(подросткам – 1 рукой, детям до 3 лет – двумя пальцами)