

Правила поведения на воде

Проводимый анализ показывает, что люди тонут в состоянии алкогольного опьянения, когда находятся на рыбалке, охоте или во время купания в неположенных местах на отдыхе возле водоемов, а впереди еще 7 месяцев 3 из которых - купальный сезон.

Статистика показывает: большое количество несчастных случаев происходит в летний период.

Нет, наверное, ничего более приятного, чем в жаркий день искупаться в чистой прохладной воде. Отдых у воды укрепляет здоровье, доставляет удовольствие, повышает работоспособность. Однако, как известно, вода не только привлекательна и целительно действует на организм человека, но и опасна. А чтобы ваш отдых не был омрачен, соблюдайте элементарные правила поведения на воде:

- Купайтесь только в специально оборудованных для этого местах;
- Не купайтесь в нетрезвом состоянии;
- Не оставляйте детей у воды без присмотра;
- Не заплывайте за знаки ограждения мест купания;
- Не подплывайте к судам, моторным и весельным лодкам;
- Не купайтесь в ночное время;
- Не используйте для плавания доски, надувные матрацы, автомобильные камеры и прочие предметы;
- Купаясь, не кричите, не подавайте ложных сигналов о помощи;
- Не прыгайте в воду с лодок, катеров, причалов.

ДОБРЫЕ СОВЕТЫ

- Лучше всего место для купания или занятий по плаванию выбирать в северной стороне водоема, в защищенном от ветра месте. Вода должна быть чистой, скорость потока – небольшой, дно – пологим и желательно, песчаным.
- Не следует детям разрешать входить в воду без взрослых в незнакомых местах, тем более прыгать и нырять с берега.
- Перед купанием в жаркий, солнечный день необходимо 5-10 минут побыть в тени. К занятиям или купанию на воде лучше всего приступать спустя 1,5 часа после приема пищи.
- Дети в воде мерзнут гораздо быстрее взрослых. Необходимо следить за тем, чтобы не допустить переохлаждения ребенка. Наилучшей температурой воды для плавания и купания считается 22-27⁰ С.
- Чем прохладнее вода, тем энергичнее должны быть движения ребенка в воде, меньше остановок. При появлении первых признаков охлаждения – посинения губ, «гусиной» кожи и жалоб на холод – ребенку следует немедленно выйти из воды, растереть тело полотенцем, одеться и проделать несколько энергичных упражнений.
- В жаркую погоду нельзя злоупотреблять солнцем. Продолжительное пребывание под его прямыми лучами может привести к перегреванию организма, поэтому нельзя оставлять детей на солнечном берегу дольше, чем до 12 часов.

ПРАВИЛА КАТАНИЯ НА КАТЕРАХ И ЛОДКАХ

Запрещается:

- Перегружать катер, лодку сверх установленной нормы;
- Пользоваться лодкой детям до 16 лет без сопровождения взрослых;
- Брать в лодку детей, не достигших 7 лет;
- Прыгать в воду и купаться с лодки;
- Сидеть на бортах, переходить с места на место и пересаживаться на другие катера, лодки;

Катера и лодки должны быть зарегистрированы и находиться в исправном состоянии, иметь полный комплект спасательных средств, другое оборудование, инвентарь.

Судоводитель должен всегда помнить: управление судном в нетрезвом состоянии является грубым нарушением правил и ведет к трагическим последствиям.

Делом чести для каждого судоводителя является оказание помощи терпящему бедствие на воде.

КАК СПАСТИ ТОНУЩЕГО

- Плыть к нему надо с учетом сноса тонущего и спасающего течением;
- Если тонущий погрузился в воду, надо нырнуть за ним, найдя его, захватить руками и, оттолкнувшись от дна, всплыть с ним на поверхность;
- Подплывать к тонущему следует сзади, чтобы избежать его возможных захватов. При освобождении от захватов надо применить один из приемов борьбы, если же освободиться не удалось, нужно сделать вдох, погрузиться под воду, тогда тонущий стараясь остаться на поверхности, отпустить вас сам.
- Транспортировать пострадавшего даже опытному пловцу нелегко, поэтому хорошо если кто-либо еще поможет спасающему бросить в воду подручное поддерживающее средство.
- Оказание первой помощи должно начаться на берегу сразу же.
- Если пострадавший без сознания, необходимо осмотреть его, проверить дыхание, сердечную деятельность, нет ли повреждений.
- При отсутствии признаков жизни следует немедленно приступить к оживлению. Расстегнуть или разорвать одежду, стесняющую дыхание. Положить пострадавшего животом на согнутое колено спасающего так, чтобы голова была ниже грудной клетки, и куском ткани удалить изо рта воду, водоросли, ил, рвотные массы. Затем несколькими энергичными движениями сдавить грудную клетку пострадавшего для удаления воды. После этого уложить на ровную твердую поверхность и приступить к искусственному дыханию и наружному массажу сердца.

Наиболее эффективным и распространенным способом искусственного дыхания является дыхание «рот в рот» и «рот в нос».

Как правило, одновременно с искусственным дыханием следует проводить и наружный массаж сердца. Для этого пострадавшему ритмично сдавливают грудину с частотой на один вдох 4-5 надавливаний.

Оживление следует производить до восстановления самостоятельного дыхания и сердечной деятельности.

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ

Установившаяся теплая погода, приближение сезона отпусков обуславливает желание провести отдых подальше от душного, загазованного воздуха городов, вблизи водоемов.

Нет, наверное, ничего более приятного, чем в жаркий день искупаться в чистой прохладной воде. Отдых у воды укрепляет здоровье, доставляет удовольствие, повышает работоспособность. Однако вода не только привлекательна и целительно действует на организм человека, но и опасна.

По сообщению областной водно-спасательной службы за 4 месяца 2002 года на водоемах области утонуло 23 человека, 2-е из которых – дети, 25 человек было спасено силами водно-спасательной службы области, из них 24 ребенка.

Статистика показывает: большое количество несчастных случаев происходит в летний период. А чтобы ваш отдых не был омрачен, соблюдайте элементарные правила поведения на воде:

для взрослых

- купайтесь только в специально оборудованных для этого местах;
- не купайтесь в нетрезвом состоянии;
- не оставляйте детей у воды без присмотра;
- не заплывайте за знаки ограждения мест купания;
- не подплывайте к судам, моторным и весельным лодкам;
- не купайтесь в ночное время;
- не прыгайте в воду с лодок, катеров, причалов.

для детей

- место для купания или занятий по плаванию выбирать в северной стороне водоема, в защищенном от ветра месте, где вода должна быть чистой, скорость потока – небольшой, дно – пологим и желательно, песчаным;
- нельзя входить в воду без взрослых в незнакомых местах, тем более прыгать и нырять с берега;
- к занятиям или купанию на воде лучше всего приступать спустя 1,5 часа после приема пищи;
- наилучшей температурой воды для плавания и купания считается 22-27⁰ С;
- при посинении губ, появлении «гусиной» кожи немедленно выйти из воды, растереть тело полотенцем, одеться и проделать разогревающие упражнения.

Приятного отдыха!