



Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны,
чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий

Безопасность на воде

Печальный опыт спасателей на водах показывает, что в беду чаще всего попадают дети, лица в состоянии опьянения, физически здоровые люди и... даже отличные пловцы.

Чего не стоит делать при купании. Правила безопасности на воде.

НЕ заплывайте за знаки ограждения; НЕ купайтесь в запрещенных местах; НЕ оставляйте купающихся детей без присмотра; НЕ подавайте ложных сигналов; НЕ подплывайте к проходящим катерам, парходам и лодкам; НЕ прыгайте в воду с мостиков, дамб, причалов, лодок и катеров; НЕ ныряйте в незнакомом месте.

Правила безопасности на воде в лодке.

НЕ используйте бесхозные и технически неисправные лодки; НЕ выходите в плавание без спасательных и водоотливных средств; НЕ перегружайте плавучие средства пассажирами и грузом сверх указанной в техпаспорте грузоподъемности; НЕ катайтесь в нетрезвом состоянии; НЕ садитесь на борт и носовой отсек лодки; НЕ пересаживайтесь с одного места на другое, а так же из одной лодки в другую на плаву; НЕ ныряйте с лодок; НЕ пользуйтесь плавучими средствами с наступлением темноты. Детям до 14 лет запрещается пользоваться плавсредствами без сопровождения взрослых!

После сильного перегрева на солнце, не спешите окунаться в холодную воду. Быстрый перепад температур вызывает резкое сокращение кровеносных сосудов, что может привести к обмороку.

Первая медицинская помощь пострадавшему в воде.

Помните! Пострадавшему можно вернуть жизнь не позднее 6 минут после прекращения дыхания. Голову пострадавшего повернуть набок и очистить рот от песка и ила. Удалить воду из дыхательных путей и желудка, На все это не должно уходить более 15 секунд. Установить: есть ли у пострадавшего дыхание и пульс. При отсутствии пульса приступить к искусственному дыханию способом "изо рта в рот". Одновременно с искусственным дыханием проводится наружный массаж сердца.

Первая помощь при судорогах

Пальцев рук: быстро, с силой сожмите кисть в кулак, сделайте резкое отбрасывающее движение рукой в сторону и разожмите кулак.

Икроножной мышцы: согнитесь, рукой обхватите стопу сведенной ноги, и с силой потяните к себе.

