

Правила поведения на воде

Установившаяся теплая солнечная погода привлекает граждан к отдыху у воды, приближается купальный сезон.

Основными причинами несчастных случаев на воде являются - переоценка своих физических возможностей и низкая культура поведения. Это купание в состоянии алкогольного опьянения, отсутствие контроля со стороны родителей за маленькими детьми, купание в непредназначенных местах. Купаться и нырять можно только в разрешенных, хорошо известных местах, там, где зона купания обозначена буйками, имеются спасательные посты. Недопустимо купаться и особенно нырять в иных местах, так как на дне, возможно находятся пни, коряги, острые камни, водоросли.

Категорически запрещается купаться вблизи водосбросов, мостов, шлюзов, пристаней, судоводных фарватеров. Отдыхая у водоемов, даже в местах где купание разрешено, не оставляйте без внимания детей.

Кроме опасности утонуть есть еще и другая опасность – экологическая.

По данным исследования Роспотребнадзора качество воды на открытых водоёмах средней полосы России для питья не пригодна, заглатывание воды при купании создаёт угрозу заражения острыми кишечными инфекциями, энтеровирусными инфекциями, вирусным гепатитом и другими инфекционными и паразитарными болезнями.

Действия в случае, если тонет человек:

- Сразу громко зовите на помощь: «Человек тонет!»
- Вызывайте спасателей по телефону «112»,
- Бросьте тонущему спасательный круг, длинную веревку с узлом на конце.
- Если хорошо плаваете, снимите одежду и обувь и вплавь доберитесь до тонущего. Заговорите с ним. Если услышите адекватный ответ, смело подставляйте ему плечо в качестве опоры и помогите доплыть до берега. Если же утопающий находится в панике, схватил вас и тащит за собой в воду, применяйте силу. Если освободиться от захвата вам не удастся, сделайте глубокий вдох и нырните под воду, увлекая за собой спасаемого. Он обязательно отпустит вас. Если утопающий находится без сознания, можно транспортировать его до берега, держа за волосы.

Если тонешь сам:

- Не паникуйте.
- Снимите с себя лишнюю одежду, обувь, кричи, зови на помощь.
- Перевернитесь на спину, широко раскиньте руки, расслабьтесь, сделайте несколько глубоких вдохов.

Вы захлебнулись водой:

- не паникуйте, постарайтесь развернуться спиной к волне;
- прижмите согнутые в локтях руки к нижней части груди и сделайте несколько резких выдохов, помогая себе руками;
- затем очистите от воды нос и сделайте несколько глотательных движений;
- восстановив дыхание, ложитесь на живот и двигайтесь к берегу;