

## **ПАМЯТКА**

**«Как вести себя на воде?»**

**Возьми с собой на природу!**

## **Дорогие ребята!**

Пришло время каникул.  
Наступает купальная пора и время отпусков.

Выезжая на природу

## **СОБЛЮДАЙТЕ ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ!**

- 1. Обязательно** научитесь плавать!
- Подходите к воде только по надобности!
- Купайтесь только в знакомых для Вас местах!
- Нырять в тех местах, где хорошо знаете глубину и рельеф дна!
- Плавайте только в пределах ограждения!
- Плавайте вдалеке от идущих по воде катеров, гидроциклов и других плавсредств.
- Во время игр в воде **будьте осторожны** и внимательны. Зовите на помощь только в крайних случаях!
- Не следует купаться «до посинения», допускать переохлаждения организма!
- Умейте** пользоваться простейшими спасательными средствами.
- Умейте** оказывать помощь терпящим бедствие на воде.

*Если Вы стали очевидцем несчастного случая на воде и существует возможность сообщить о происшествии, немедленно обращайтесь за помощью (тел.: **01** или **112** с сотового телефона), примите возможные меры по спасению пострадавшего!*

# ПЕРВАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ ПРИ УТОПЛЕНИИ

## ЕСЛИ ПОСТРАДАВШИЙ НАХОДИТСЯ В СОЗНАНИИ



После извлечения  
укрыть теплым  
одеялом  
пострадавшего из  
воды  
снять с него  
мокрую одежду



Вытереть  
его досуха,  
переодеть в  
сухое белье  
и согреть  
(укрыть  
теплым  
одеялом)



Дать  
ему  
горячий  
чай или  
кофе

## ЕСЛИ ПОСТРАДАВШИЙ В БЕССОЗНАТЕЛЬНОМ СОСТОЯНИИ



После  
извлечения  
пострадавшего  
из воды  
снять с него  
мокрую  
одежду



Поднесите  
к носу  
пострадавшего  
ватку с  
нашатырным  
спиртом



Для  
активизации  
дыхания  
подергайте  
его за язык



Растереть  
тело и  
конечности  
пострадавшего  
по  
направлению  
к сердцу

## ЕСЛИ У ПОСТРАДАВШЕГО ОТСУТСТВУЮТ ДЫХАНИЕ И ПУЛЬС



После  
извлечения  
из воды  
удалить  
из дыхательных  
путей и желудка  
пострадавшего  
воду



Уложить  
пострадавшего  
на спину лицом  
вверх и  
очистить  
полость рта от  
песка, ила и  
т.д.



Сделать  
ему  
искусствен  
ное  
дыхание и  
непрямой  
массаж  
сердца



После  
восстановлени  
я дыхания и  
сердечной  
деятельности  
направить  
пострадавшего  
в больницу

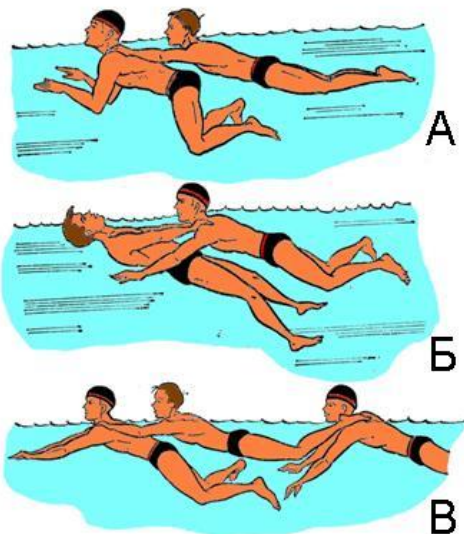
# СПАСЕНИЕ УТОПАЮЩИХ

## СПОСОБЫ СПАСАНИЯ

### спасение уставшего человека

### спасение тонущего человека

#### при погружении тонущего



- Подплыть, успокоить, положить его руки себе на плечи и плывя способом брасс на груди, отбуксировать уставшего человека который по возможности помогает работая ногами (А)

- Если уставший плавает на спине наплыть со стороны ног, положить себе на плечи его руки и раздвигает шире ноги. Плыть брассом толкая уставшего впереди себя удерживая его голову над водой (Б)

- В случае оказания помощи двумя спасателями, руки и ноги уставшего, в расслабленном состоянии положить на плечи спасателей (В)



- Следует нырнуть за пострадавшим и подплыть со стороны головы (если пострадавший лежит на грунте лицом вверх) или со стороны ног (если пострадавший лежит лицом вниз)

- Взять пострадавшего под мышки

- Энергично оттолкнуться от дна и всплыть на поверхность, буксируя пострадавшего

## МЕРЫ ПО СПАСЕНИЮ ТОНУЩЕГО НА ВОДЕ



#### Захват за голову тонущего

- Выполнять вытянутыми руками мизинцы ладоней лежат на нижней челюсти, большие пальцы на щеках пострадавшего (А)

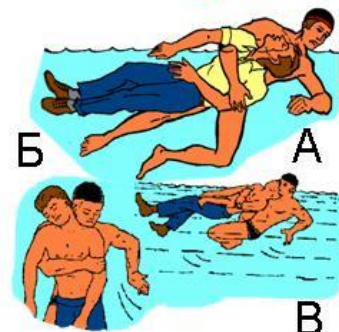
- Плыть на спине работая ногами (Б)



#### Захват под мышки тонущего

- Подхватить пострадавшего под мышки

- Буксировать плывя на спине работая одними ногами

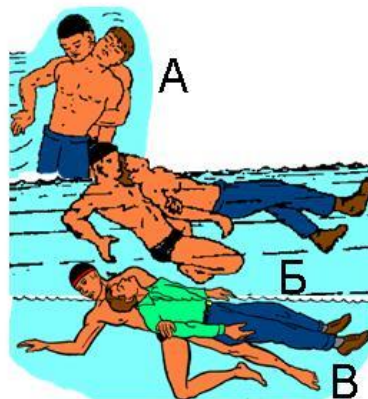


#### Захват под руку тонущего

- Выполнять при приближении сзади к тонущему (А)

- Взять пострадавшего продвинув под правую руку с ухватом левой, прижав спиной к себе (Б)

- Буксировать плывя на боку работая ногами и одной рукой (В)



#### Захват выше локтей

- Обхватить обе руки тонущего за локти, оттянув назад (А)

- Просунув левую руку спереди под мышки провести за спину тонущего (Б)

- Прижав к себе спиной буксировать на плывя на правом боку работая ногами и одной рукой (В)



#### Захват за волосы или воротник одежды

- Захватить волосы или воротник одежды тонущего буксировать плывя на боку работая ногами и свободной рукой (В)