

Правила поведения на открытых водоемах

Для помощи
топящему человеку
НАДО:

- Быстро найти лодку или плавучие предметы (доску серфинга, автомобильную камеру, надувной круг, пластиковые бутылки и пр.). В лодку взять веревку.
- Попросить людей вызвать «Скорую помощь».
- Без плавсредств подплывать к утопающему вдвоем-втроем.
- Крикнуть утопающему, чтобы он не хватался за вас, и, подплыв сзади, обхватить рукой вокруг шеи и плыть с ним к берегу.
- Если он тянет вас ко дну, оглушить его ударом или нырнуть поглубже, и тогда он отпустит вас. В этом случае утопающего лучше транспортировать, ухватив за волосы.
- Когда человек утонул раньше, чем вы до него доплыли, следует по координатам на берегу запомнить это место и, ныряя, найти его.
- Вытащив пострадавшего из воды, необходимо быстро очистить ему ротовую полость, положить животом на колени, выдавить из легких воду и начать реанимационные мероприятия.



Повышенную опасность для человека, если он, конечно, не живет в центре безводной песчаной пустыни, представляют: реки, озера, пруды, карьеры. И даже строительные котлованы и траншеи, заполненные водой. Чаще всего несчастные случаи на воде бывают связаны с купанием в случайных, не приспособленных для этого места, катаниях на лодке и других плавсредствах.

самопомощь
при чрезвычайных ситуациях на воде

- Если у вас свело ногу, а булавки при себе нет, ущипните несколько раз икроножную мышцу. Если это не помогает, крепко возьмитесь за большой палец ноги и резко выпрямите его. Плывите к берегу.
- Если во время плавания вы почувствовали усталость, не надо паниковать. Повернувшись на спину и поддерживая себя на поверхности легкими движениями рук и ног, можно отдохнуть. А после этого спокойно доплыть до берега.
- Попав в быстрое течение, не следует бороться против него, необходимо не нарушая дыхания плыть по течению к берегу.
- Оказавшись в водовороте, не следует поддаваться страху, терять чувство самообладания. Необходимо набрать побольше воздуха в легкие, погрузиться в воду и, сделав сильный рывок в сторону по течению, всплыть на поверхность.

Если тонешь сам:

- Не паникуйте.
- Снимите с себя лишнюю одежду, обувь, кричи, зови на помощь.
- Повернитесь 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;
- при необходимости зовите людей на помощь.



МКУ «Центр обеспечения безопасности Пермского муниципального района»

Единая дежурная диспетчерская служба:
телефоны 294-67-72, 294-67-73

Для того, чтобы
избежать несчастного
случая на воде

надо:

- Пользоваться только оборудованными пляжами, а если их нет, определить постоянное место для купания, проверив его с точки зрения безопасности.
 - Научиться плавать.
 - Перед тем как совершать дальние заплывы, научиться отдыхать на воде, лежа на спине и «поплавок».
- нельзя:**
- Прыгать с обрывов и случайных вышек, не проверив дно.
 - Заплывать за буйки или пытаться переплыть водоемы.
 - Выплывать на судоходный фарватер.
 - Купаться в нетрезвом виде.
 - Устраивать в воде опасные игры.
 - Долго купаться в холодной воде.
 - Далеко отплывать от берега на надувных матрасах и кругах, если вы не умеете плавать.
 - Находясь на лодках ОПАСНО - пересяживаться, садиться на борта, перегружать лодку сверх установленной нормы, кататься возле шлюзов, дноуглубительных снарядов, посреди фарватера реки.

