

ВОДА ОШИБОК НЕ ПРОЩАЕТ!

С наступлением жаркого лета люди устремились спасаться от духоты к водоёмам. Знакомый лозунг «Солнце, воздух и вода — наши лучшие друзья!» никто не отменял, и, несомненно, вода - добрый друг и союзник человека, помогающий получить максимум удовольствия от отдыха и укрепить здоровье. Но, в то же время, она не терпит легкомысленности и может являться источником повышенной опасности. Это доказывает печальная статистика, так как случаи гибели купающихся людей на водоёмах республики участились. По данным Отдела безопасности на водных объектах ГУ МЧС России по РМЭ с начала летнего сезона на воде погибло 15 человек, в том числе 3 детей. В соседнем Татарстане только за минувшие выходные на воде погибли 10 человек.

По статистике около 80% случаев гибели на воде происходят по причине купания в состоянии алкогольного опьянения, а также купания в необорудованных и запрещённых местах, оставления детей без присмотра.

Утопление - это смерть от механической асфиксии вследствие закрытия дыхательных путей жидкими или полужидкими веществами. Утопление занимает 3 место в мире среди причин непреднамеренной смерти и составляет 7% от всех летальных исходов, связанных с травмой. По меньшей мере, 1/3 выживших страдает от неврологических осложнений, от умеренной до тяжелой степени. Данный несчастный случай на воде — частая причина инвалидности и смерти, особенно в детском возрасте.

Когда человек тонет в воде, он сначала старается не дышать, чтобы не захлебнуться, но это длится не более 30 секунд. При более продолжительной задержке дыхания появляется ощущение удушья, поэтому утопающий непроизвольно начинает делать глубокие вдохи, вследствие чего в легкие проникает вода и наступает асфиксия. Очень часто при утоплении сначала прекращается сердечная деятельность, затем — дыхание. Весь процесс утопления может длиться 3-5 и более минут.

Иногда человек, находясь в воде, умирает не от утопления, а от кровоизлияния в мозг, паралича болезненно измененного сердца (особенно при переутомлении плаванием). Сердце может остановиться и в результате быстрого погружения в очень холодную воду. В этих случаях человек, теряя сознание, без активной борьбы за жизнь, почти без заглатывания воды в легкие и желудок, идет ко дну.

Утопающие редко похожи на утопающих, и описание инстинктивных реакций утопающего следующие:

1. За исключением редких случаев, тонущие люди физиологически не способны позвать на помощь. Дыхательная система человека рассчитана на дыхание. Речь - это ее вторичная функция. Прежде чем речь станет возможной, необходимо восстановить функцию дыхания.
2. Рот тонущего человека попеременно уходит под воду и появляется над ее поверхностью. Рот тонущего человека находится над водой недостаточно долго для того, чтобы он мог выдохнуть, вдохнуть и позвать на помощь. Когда тонущий человек выныривает из воды, ему хватает времени, только чтобы быстро выдохнуть и вдохнуть, после чего он сразу же снова уходит под воду.
3. Тонущие люди не могут размахивать руками, чтобы привлечь внимание. Они инстинктивно вытягивают руки в стороны в попытке оттолкнуться от воды. Такие движения позволяют им всплыть на поверхность, чтобы иметь возможность дышать.
4. Из-за инстинктивных реакций тонущие люди не могут контролировать движения руками. Люди, пытающиеся удержаться на поверхности воды, физиологически не способны перестать тонуть и совершать осмысленные движения - размахивать руками, постараться приблизиться к спасателям или добраться до спасательного снаряжения.
5. От начала и до конца, пока действует инстинктивная реакция, тело тонущего человека остается в вертикальном положении, без малейших признаков поддерживающих движений ногами. Если подготовленный спасатель не вытащит его из воды, тонущий человек может продержаться у поверхности от 20 до 60 секунд, перед тем, как полностью уйти под воду.

Это вовсе не означает, что человек, зовущий на помощь и отчаянно размахивающий руками, вас обманывает - скорее всего, это приступ паники в воде. Такой приступ далеко не всегда предшествует инстинктивной реакции утопающего и зачастую длится совсем

недолго, но в отличие от настоящего утопления жертвы такой паники на воде способны помочь своим спасателям - к примеру, ухватиться за спасательный круг.

Когда вы находитесь на берегу или в воде, вам необходимо обращать пристальное внимание на следующие признаки, свидетельствующие о том, что человек тонет:

- Голова человека погружена в воду, а рот находится у самой ее поверхности;
- Голова откинута назад, рот открыт;
 - Стекланные, пустые глаза не фокусируются;
 - Глаза человека закрыты;
 - Волосы закрывают лоб или глаза;
 - Человек держится в воде в вертикальном положении, не совершая движений ногами;
 - Человек дышит часто и поверхностно, захватывает ртом воздух;
 - Пытается плыть в определенном направлении, но безуспешно;
 - Пытается перевернуться на спину;
 - Может показаться, что человек карабкается по веревочной лестнице.

Вовремя оказанная неотложная помощь при утоплении помогает сохранить жизнь человека. Необходимо лишь знать, что делать. Первая помощь при утоплении – это ряд несложных действий, которые должны знать даже дети. Этому вопросу уделяется особое внимание, практические и теоретические занятия на эту тему проводятся во всех учебных учреждениях, начиная с младшего школьного возраста.

Настоятельно обращаемся к гражданам с просьбой не нарушать правила поведения на воде и соблюдать простые меры предосторожности при нахождении на водоемах:

- Не купайтесь в незнакомых и не оборудованных для купания местах
 - Не заплывайте за границы ограничителей, за буйки
 - Не купайтесь в местах, где установлены специальные информационные знаки, предупреждающие об опасности или запрете купания
 - Не купайтесь в нетрезвом виде. Алкоголь – причина многих бед в жизни человека. Находясь в алкогольном опьянении человек не в силах оценивать сложившуюся ситуацию, что зачастую приводит к печальным последствиям.
 - Не перегревайтесь на солнце перед купанием
 - Не купайтесь в плохую погоду и в темное время суток
 - Не ныряйте в незнакомом месте
 - Не приближайтесь к судам вплавь, не находитесь по курсу следования судна, даже если это судно представляет собой небольшой катер, моторную лодку или водный велосипед
 - Не заплывайте далеко на надувных матрасах, кругах, игрушках и т.п.
 - Не устраивайте опасных игр в воде, связанных с шуточным утоплением, захватами, испугом, затягиванием под воду
 - Дети должны находиться возле воды и тем более в воде только в сопровождении взрослых и под их неусыпным контролем. Чтобы отдых на берегу не обернулся несчастным случаем, родители должны:
- научить своих детей не только плавать, но и нырять и просто держаться (отдыхать) на воде. Это крайне полезный навык, который в будущей жизни ребенку пригодится наверняка и ни один раз.
 - зорко наблюдать за любыми детьми, находящимися в воде - и за малышами, которые играют камушками на мелководье, и даже за такими детьми, которые уже умеют и плавать, и нырять.
 - не позволять ребенку купаться в одиночестве.

БЕРЕГИТЕ СЕБЯ И СВОИХ БЛИЗКИХ! НЕ ОСТАВЛЯЙТЕ ДЕТЕЙ БЕЗ ПРИСМОТРА!