

Правила поведения у воды

Игры и развлечения у воды - хорошее средство закаливания детей. Во избежание неприятностей следует помнить правила поведения:

- Для купания присмотрите неглубокое место- 60-80 см. с песчаным дном и несильным течением.
- Следите, чтобы дети не стояли долго в воде, не сидели на солнце, не играли в мокрой одежде.
- Нельзя, чтобы дети купались без присмотра. Очень важно, чтобы взрослый не находился под воздействием горячительных напитков.
- Следует запрещать ребенку нырять, если он не умеет плавать.
- Необходимо строго наказывать за игры с криками «Тону!»
- Температура воды для купания 18-20 градусов, продолжительность -от 3 до 30 минут.
- Выйдя из воды – разотрите ребенка.
- Каким бы свободным ни был режим купания, любое движение ребенка по направлению к воде должно быть согласованно с взрослыми.

Первая помощь при утоплении

- Заметив тонущего человека, необходимо сообщить об этом спасателям или спасти тонущего самостоятельно.
- Подплывать к тонущему нужно сзади.
- Когда пострадавший доставлен на берег, необходимо проверить состояние его жизненных показателей. Если дыхание и пульс удовлетворительны, то пострадавшего нужно уложить на сухую жесткую поверхность. Голова должна быть низко опущена. Пострадавшего следует избавить от стесняющей одежды, растереть руками или полотенцем. Дать горячее питье, укутать одеялом. Вызвать «скорую» и обязательно отправить пострадавшего на госпитализацию.
- Если утонувший без сознания, но у него сохранены пульс и дыхание, необходимо очистить его ротовую полость от песка, ила, рвотных масс.
- Если у пострадавшего отсутствуют признаки жизни, немедленно приступить к реанимации, положить животом на бедро согнутой в коленном суставе ноги. На спину надавить рукой между лопаток. Второй рукой придерживать лоб пострадавшего.
- Для реанимации утонувшего ему делают искусственное дыхание «рот в рот» или «рот в нос» в сочетании с непрямой массаж сердца. Продолжать непрямой массаж сердца следует по появления самостоятельного сердцебиения.