



## **Инспекторский участок (г. Таруса) центра ГИМС ГУ МЧС России по Калужской области предупреждает:**

### **ЗАПРЕЩАЕТСЯ:**

- Купаться в местах, отмеченных предупредительными щитами;
- Заплывать за пределы ограждений мест купаний;
- Подплывать близко к проходящим судам, катерам, баржам, яхтам, лодкам;
- Вздвигаться на технические предупредительные знаки;
- Прыгать в воду с лодок, катеров и других плавучих средств, а также с причалов, набережных мостов;
- Прыгать в воду в незнакомых местах;
- Пользоваться для плавания досками, камерами от автомашин, надувными резиновыми подушками, матрацами и другими плавающими предметами;





## КУПАТЬСЯ РАЗРЕШЕНО

На оборудованном пляже, где безопасность на воде обеспечивают работники спасательных станций и постов. Место для купания надо выбрать с твердым песчаным незасоренным дном, постепенным уклоном, без быстрого течения, водорослей, тины, подальше от обрывистых, заросших или заболоченных берегов. В воду входите осторожно, никогда не прыгайте с незнакомого берега — можно удариться головой о дно, о коряги, затопленные стволы деревьев или другие предметы, находящиеся на дне.

Не заплывайте далеко, вы можете не рассчитать своих сил.

Если почувствуете усталость, не теряйтесь, не стремитесь быстрее доплыть до берега, лучше отдохните на воде. Для этого надо лечь на спину и поддерживать себя на поверхности легкими движениями рук и ног. Когда почувствуете, что отдохнули, спокойно плывите к берегу.

Если вас захватило течением, не пытайтесь с ним бороться. Плывайте вниз по течению, постепенно, под небольшим углом, меняя направление, постепенно приближаясь к берегу.





## ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ

### Первая помощь при утоплении



Убедись, что тебе ничто не угрожает. Извлеки пострадавшего из воды. (При подозрении на перелом позвоночника — вытаскивай пострадавшего на доске или щите.)



Уложи пострадавшего животом на свое колено, дай воде стечь из дыхательных путей. Обеспечь проходимость верхних дыхательных путей. Очисти полость рта от посторонних предметов (слизь, рвотные массы и т.п.).

Вызови (самостоятельно или с помощью окружающих) «скорую помощь».



Определи наличие пульса на сонных артериях, реакции зрачков на свет, самостоятельного дыхания.



Если пульс, дыхание и реакция зрачков на свет отсутствуют — немедленно приступай к сердечно-легочной реанимации. Продолжай реанимацию до прибытия медицинского персонала или до восстановления самостоятельного дыхания и сердцебиения.



После восстановления дыхания и сердечной деятельности придай пострадавшему устойчивое боковое положение. Укрой и согрей его. Обеспечь постоянный контроль за состоянием!



## СПОСОБЫ ТРАНСПОРТИРОВКИ УТОПАЮЩЕГО





## УНИВЕРСАЛЬНЫЙ АЛГОРИТМ ОКАЗАНИЯ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ



1. Определить наличие угрожающих факторов для собственной жизни и здоровья.

2. Оценить наличие сознания у пострадавшего. Если у пострадавшего присутствует сознание – см. п. № 7 и далее.



3. Определить наличие дыхания. При наличии дыхания – см. п. № 6 и далее. При отсутствии – см. п. № 4 и далее.

4. Призвав помощников (или самостоятельно), осуществить вызов скорой медицинской помощи по номерам 03, 103 или 112.



5. Одновременно с вызовом скорой медицинской помощи (если вызывает помощник) или после вызова (если вызов осуществляется самостоятельно) начать проведение сердечно-легочной реанимации (30 надавливания на грудную клетку чередуются с 2 вдохами).



6. Если у пострадавшего появились признаки жизни, и он дышит самостоятельно, следует поддерживать проходимость дыхательных путей (придание устойчивого бокового положения).



7. Провести обзорный осмотр пострадавшего на наличие признаков сильного артериального или смешанного кровотечения. В случае кровотечения – осуществить остановку доступными способами.

8. При отсутствии явных признаков кровотечения выслушать жалобы пострадавшего, а также осуществить его подробный осмотр.



9. Придать пострадавшему оптимальное положение тела в зависимости от его состояния и характера имеющихся травм.



10. До приезда скорой медицинской помощи контролировать состояние пострадавшего, оказывать ему психологическую поддержку.

Передавать пострадавшего бригаде скорой медицинской помощи или сотрудникам других специальных служб.



Уважаемые юные граждане и их родители, помните: водная стихия – это повышенный источник опасности в любом из ее состояний. Вода не терпит к себе пренебрежительного отношения. Не подвергайте себя неоправданному риску, ради сиюминутного веселья в любой момент готового превратиться в трагедию! Специфика происшествий на воде такова, что события разворачиваются молниеносно и для принятия верных решений у пострадавшего зачастую не остается времени и сил. Самый эффективный способ избежать трагедии – это не допустить вовсе. Обдуманное поведение и соблюдение требований безопасности, на водоемах – сохранят жизнь и здоровье. Если Вы стали свидетелем происшествия – не оставайтесь равнодушными, не игнорируйте ситуацию. Учащимся детям и подросткам в силу возраста и физиологических особенностей еще растущего и крепнущего организма может быть проблематично, оказать физическую помощь терпящему бедствие, однако посильная помощь может и должна быть оказана с помощью телефонного звонка, а так же привлечением внимания взрослых к разворачивающейся трагедии. Ведь даже эти казалось бы простые действия - возымеют эффект, позволят оказать своевременную помощь и смогут спасти чью то жизнь!

**В случае чрезвычайного происшествия единый номер экстренных оперативных служб «112».**

