

Правила безопасного поведения на водоёмах.

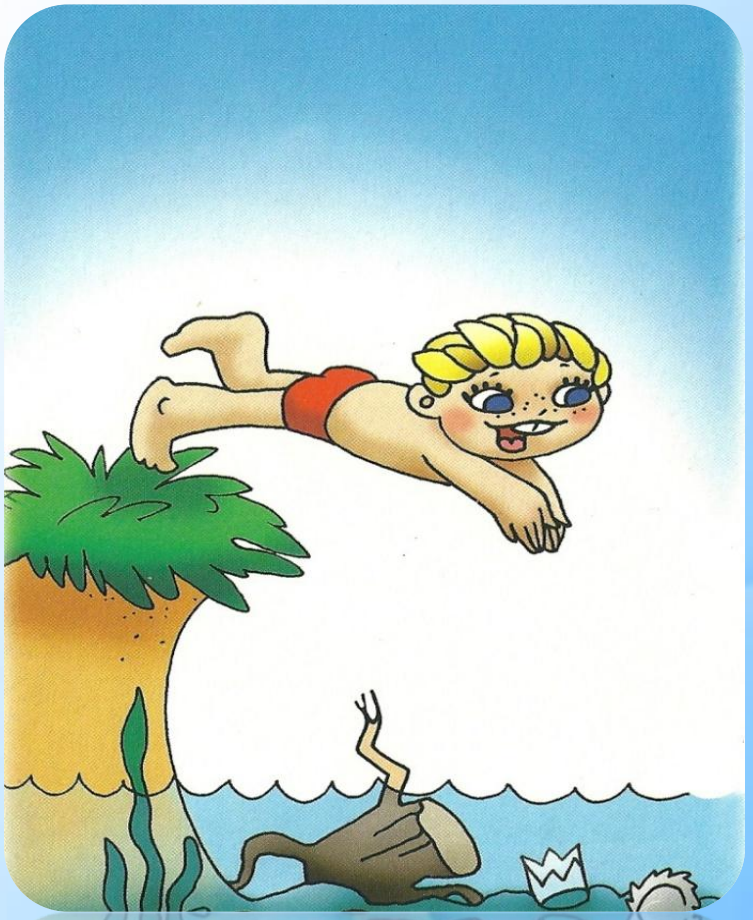
Необходимо помнить:

- Купаться можно только в разрешенных местах.





Нельзя нырять в незнакомых местах - на дне могут оказаться стекло, камни, коряги и др.



Не следует купаться в заболоченных местах и там, где есть водоросли или тина.





Не отплывайте далеко от берега на надувных плавсредствах - они могут оказаться неисправными, а это очень опасно даже для умеющих хорошо плавать.



Нельзя цепляться за лодки, залезать на знаки навигационного оборудования - бакены, буйки и т.д.



Нельзя купаться в штормовую погоду или в местах сильного прибоя.



Если вы попали в водоворот, наберите побольше воздуха, нырните и постарайтесь резко свернуть в сторону от него.



Если у Вас свело судорогой мышцы, ложитесь на спину и плывите к берегу, постарайтесь при этом растереть сведенные мышцы. Не стесняйтесь позвать на помощь.



ОКАЗАНИЕ ПОМОЩИ ТОНУЩЕМУ ЧЕЛОВЕКУ.

- Бросьте тонущему человеку плавающий предмет, ободрите его, позовите помощь.





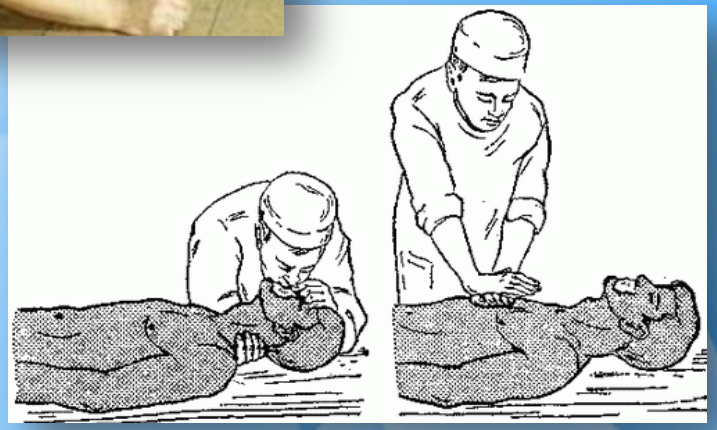
- Если тонущий не контролирует свои действия, подплывите к нему сзади и захватив его за голову, под руку, за волосы, буксируйте к берегу.



При попадании жидкости в дыхательные пути:

- положите пострадавшего животом на согнутое колено;
- проведите очистку от слизи, слюны носовой полости и носоглотки;
- путем сдавливания грудной клетки удалите воду, попавшую в дыхательные пути;
- после этого пострадавшего уложите на спину и при отсутствии дыхания или сердечной деятельности проведите искусственное дыхание и непрямой массаж сердца.





Будьте осторожны на водоёмах =)

