

# Государственный комитет по гражданской обороне, чрезвычайным ситуациям и пожарной безопасности Республики Хакасия

## ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПОСТРАДАВШЕМУ НА ВОДЕ

### СРОЧНО ВЫЯСНИТЬ СОСТОЯНИЕ ПОСТРАДАВШЕГО



Установить наличие  
пульса на сонной артерии



Определить состояние  
самостоятельного дыхания

### ПРИ ОТСУТСТВИИ СЕРДЕЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, ПРОВЕСТИ НЕПРЯМОЙ МАССАЖ СЕРДЦА



При проведении реанимационных мероприятий необходимо одновременно делать искусственную вентиляцию лёгких и наружный массаж сердца, через 2 вдувания и 15 надавливаний. Если медицинскую помощь оказывают 2 человека, то один проводит массаж сердца, другой искусственную вентиляцию лёгких.

### ПРИ ОТСУТСТВИИ ДЫХАНИЯ ПРОВЕСТИ ИСКУССТВЕННУЮ ВЕНТИЛЯЦИЮ ЛЁГКИХ МЕТОДОМ «РОТ В РОТ»



Удалить воду из дыхательных путей



Очистить полость рта  
от инородных предметов



Произвести вдувания



Проконтролировать наличие  
пассивного выдоха



Детям до 14 лет делать до 100 надавливаний на грудину в минуту в режиме: 5 надавливаний – 1 вдувание (подросткам – 1 рукой, детям до 3 лет – двумя пальцами)

## ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ КУПАЮЩИМСЯ В ОЗЕРЕ ИЛИ РЕКЕ



Перед купанием надо отдохнуть, в воду входить быстро надо только на мелководье.  
Не рекомендуется купаться при температуре воды ниже 17–19°C и температуре воздуха ниже 21–23°C.  
Продолжительность купания не должна превышать 15–20 минут.  
Длительное пребывания в воде может привести к сильному переохлаждению тела и опасным для жизни судорогам.  
Купание ночью запрещено.  
Время купания определяется по местным условиям, но не ранее чем за 2 часа до приема пищи.

При появлении усталости спокойно плывите к берегу.  
При появлении судорог, не теряйтесь, старайтесь удержаться на воде и зовите на помощь.  
При оказании вам помощи не хватайтесь за спасающего, а старайтесь помочь ему своими действиями.



Умение хорошо плавать – одна из важнейших гарантий безопасного отдыха на воде, но помните, что даже хороший пловец должен соблюдать постоянную осторожность, дисциплину и строго придерживаться правил поведения на воде:



Не рекомендуется входить в воду разгоряченным.  
Не отплывайте далеко от берега, не заплывайте за предупредительные знаки. Купайтесь в специально отведенных и оборудованных для этого местах.  
Перед купанием в незнакомых местах обследуйте дно.  
Входите в воду осторожно, медленно, когда вода дойдет вам до пояса, остановитесь и быстро окунитесь.  
Никогда не

плавайте в одиночестве, особенно, если не уверены в своих силах.

✓ Не подавайте ложных сигналов бедствия.

### Помните: купание в нетрезвом виде может привести к трагическому исходу!

Следите за играми детей даже на мелководье, потому что они могут во время игр упасть и захлебнуться.  
Не устраивайте в воде игр, связанных с захватами – в пылу азарта вы можете послужить причиной того, что партнер вместо воздуха вдохнет воду и потеряет сознание.  
Учиться плавать дети могут только под контролем взрослых.  
При преодолении водоёмов на лодках несовершеннолетние должны быть в спасательных средствах.



**В случае возникновения экстремальной ситуации на водоеме срочно звоните по телефону пожарно-спасательной службы «101» или единому телефону спасения «112»**

Государственный комитет по гражданской обороне, чрезвычайным ситуациям и пожарной безопасности Республики Хакасия

## памятка

### **ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ:**

- ♦ **Купайся только в разрешенных местах.**
- ♦ **Не купайся в одиночку в незнакомом месте.**
- ♦ **Не заплывай за буйки.**
- ♦ **Пользуйся надувным матрасом (кругом) только под присмотром взрослых.**
  - ♦ **Держись поближе к берегу, чтобы в любой момент можно было коснуться ногами дна.**
  - ♦ **Не ныряй, если не умеешь плавать.**
  - ♦ **Никогда не зови на помощь в шутку – в другой раз, когда помощь действительно понадобится, все подумают, что ты опять шутишь.**
  - ♦ **Не шали в воде.** Не окунай друзей с головой, не играй в игры с нырянием и захватом друг друга.
  - ♦ **Не купайся подолгу, чтобы не переохладиться и не заболеть.**
  - ♦ **Не стой на обрывистом берегу или на краю причала.**
  - ♦ **Всегда надевай спасательный жилет, если планируешь плыть на лодке или катере.**
  - ♦ **Если ты не умеешь плавать, не бросайся на помощь.**
  - ♦ **Если кто-то тонет – брось ему спасательный круг, надувную игрушку или матрас и позови взрослых.**

**Родители, помните:  
большинство несчастных случаев случается именно в тот момент, когда взрослые на «секунду» отвлеклись!  
Безопасность детей на водоемах во многих случаях зависит только от Вас!**



**Единая дежурно-диспетчерская служба -112**

**Телефон пожарно-спасательной службы - 101**





Если видите тонущего, немедленно зовите:  
«**НА ПОМОЩЬ!**» – окружающих и спасателей

При наличии лодки или средств спасения,  
воспользуйтесь ими для помощи утопающему



Если умеете хорошо плавать,  
постарайтесь самостоятельно  
добраться до тонущего



Обхватите утопающего сзади за плечи  
и постарайтесь избежать судорожных  
попыток ухватиться за вас

Если утопающий находится без сознания,  
плывите с ним к берегу, взяв рукой под  
подбородок таким образом, чтобы его  
лицо постоянно находилось над водой

Попросите  
находящихся  
поблизости людей  
вызвать скорую  
помощь

Вынесите утопающего на берег

Немедленно приступайте к оказанию  
первой помощи

# ОКАЗАНИЕ ПОМОЩИ ТОНУЩИМ НА ВОДЕ

