

---

## *Правила оказания первой помощи пострадавшему на воде*

---

### ***Правила оказания первой помощи пострадавшему на воде:***

**Если пострадавший находится без сознания, умейте оказать ему первую помощь.**

- ✓ Нижним краем грудной клетки пострадавшего кладут на бедро согнутой в колене ноги так, чтобы голова была ниже туловища.
- ✓ Обернув палец платком или тканью, очищают рот от ила, песка, грязи и, энергично надавливая на корпус, выдавливают воду из дыхательных путей и желудка.
- ✓ При отсутствии дыхания приступают к искусственному по способу изо рта в рот или изо рта в нос.
- ✓ Тело должно лежать на твердой поверхности, а голова должна быть запрокинута (чтобы воздух попадал в легкие, а не в желудок).
- ✓ Воздух выдыхают в рот пострадавшему через марлю или платок. Частота выдохов - 17 раз в минуту.
- ✓ При остановке сердца искусственное дыхание чередуют с непрямым массажем сердца, надавливая на грудину 3 - 4 раза между вдохами. Лучше это делать вдвоем



# БЕЗОПАСНОСТЬ НА ВОДЕ

## Простые правила:



Купайтесь только в разрешенных местах, на благоустроенных пляжах.



Не боритесь с сильным течением! Используйте его, чтобы приблизиться к берегу.



Не прыгайте в незнакомых местах! Не известно, что может оказаться на дне!



Не подплывайте к проходящим судам и не забирайтесь на предупредительные знаки.



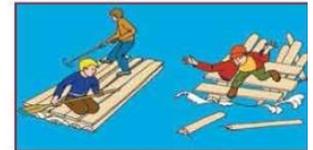
Не купайтесь в штормовую погоду! Берегитесь волны.



Не заплывайте далеко от берега на надувных матрацах и автомобильных камерах.



Не переохлаждайтесь и не перегревайтесь. Не купайтесь, если температура воды ниже 18°.



Не используйте для плавания самодельные устройства! Они могут перевернуться.

## Оказание первой помощи:



Используйте для спасения любые подручные средства!



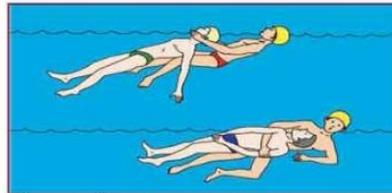
Не отплывайте от перевернувшейся лодки до прибытия подмоги!



Поднимайте упавшего из воды только с кормовой части тонущего средства!



Не оставляйте попыток достать утопающего со дна.



Не давайте утопающему схватить вас. Следите за тем, чтобы его голова постоянно находилась над водой!



Доставив пострадавшего на берег, очистите ему полость рта и удалите воду из дыхательных путей, легких и желудка!

**В любой ситуации на воде главное не паниковать!**

cgnf.ru