

В жаркие солнечные дни многие горожане и сельские жители ищут спасения от палящего солнца у водоемов. Летом на берегах карьеров, рек и озер повсеместно можно встретить отдыхающих граждан. Пока люди наслаждаются солнечными и водными ваннами, спасатели и сотрудники милиции не дремлют. Ежедневные наряды в местах массового отдыха призваны следить за порядком, а где возникает острая необходимость - проводить профилактическую работу с гражданами, чтобы оградить их от беды.

К сожалению, летняя пора приносит и неприятные "сюрпризы" как для самих отдыхающих, так и для работников ОСВОДа, сотрудников правоохранительных органов. Что греха таить, любит наш брат «принять на грудь», а потом охладиться в воде. Очень часто возле водоемов можно встретить компании, распивающие пиво и более крепкие напитки. Разгоряченные спиртным, люди начинают показывать свою удалость друг перед другом, купаются и ныряют в запрещенных местах, заплывают за знаки ограждения, прыгают в воду с дамб, лодок, взбираются на буи и другие технические сооружения, ныряют в непроверенных местах. Вот вам и потенциальные самоубийцы. Зачастую приходится видеть картину, когда в таких компаниях находятся дети, родители которых увлеченные спиртным, не обращают на них никакого внимания. Нередко можно встретить группы ребятишек, находящихся там вообще без присмотра взрослых, при этом для плавания

Как правило, с наступлением лета места совершения правонарушений и преступлений "перемещаются" в сторону водоемов и лесопарковых зон. Уже упоминавшиеся выше посиделки с алкоголем в местах отдыха заканчиваются не только привлечением к административной ответственности. Были случаи, когда разомлевших от жары и спиртного отдыхающих, в том числе подростков, доставляли в больницы с алкогольным опьянением тяжелой степени.

Большинство несчастных случаев на воде можно было бы предотвратить, предприняв некоторые несложные меры. Пожалуй, главные из них — воздержание от алкоголя во время занятий плаванием и водным спортом, установление тесных контактов между всеми участниками водных мероприятий и умение выявлять на разных стадиях признаки переутомления. Другие советы общего характера следующие.

Всегда старайтесь узнать подробную характеристику района плавания. Какая здесь глубина? Нет ли каких-то подводных опасностей? Какова температура воды? Исчерпывающие ответы на такие вопросы особенно важны, если вы находитесь в новых для себя местах, тем более, если там нет службы спасения на водах.

Проверьте, есть ли под рукой снаряжение для оказания помощи. Убедитесь в том, что поблизости есть спасательная лодка, спасательный

круг и веревка или длинный шест. Все это может спасти жизнь тонущему и избавить нетренированного человека от необходимости браться за рискованное дело — спасение на воде в прямом контакте.

Не заплывайте в одиночку далеко. Люди, занимающиеся подводным нырянием, иногда перед погружением под воду делают серию глубоких вдохов. Это действительно насыщает кислородом кровь и позволяет дольше продержаться под водой, но иногда это одновременно приводит к «мелководному обмороку» при котором человек совершенно неожиданно теряет сознание и оказывается в исключительно опасной ситуации.

Внимательно следите за детьми и ни в коем случае не оставляйте их без присмотра возле воды. Вода глубиной в несколько десятков сантиметров — этого вполне достаточно для того, чтобы совершилась трагедия. Не очень полагайтесь на всякие надувные устройства, поддерживающие ребенка на плаву. И детям, и наблюдающим за ними взрослым они внушают ложное чувство безопасности. Иногда малыши выпадают из них, а иногда вместе с ними переворачиваются в воде вниз головой. Примерно две трети несчастных случаев на воде с детьми происходит, когда взрослые хоть ненадолго перестают за ними наблюдать.

Закончите курсы, где обучают проведению искусственного дыхания, непрямого массажа сердца и спасения на водах. Ни один сайт не может заменить практические занятия и указания опытного наставника. Если вам приходится проводить много времени возле воды, готовность встретиться с худшим — лучший способ предотвратить это худшее.

Пик гибели людей на воде происходит в период купального сезона. Абсолютное большинство несчастных случаев фиксируется в конце рабочей недели, в выходные и праздничные дни на водоемах, где нет сезонных спасательных постов, в местах необорудованных для купания и в вечернее время суток.

Основными причинами гибели людей является купание в необорудованных местах, несоблюдение элементарных правил поведения на воде, купание в состоянии алкогольного опьянения.

Несчастные случаи происходят чаще всего при нарушении правил поведения на воде. Анализ обобщенных данных об утонувших показывает, что большинство гибнет из-за неумения хорошо плавать, купания в необорудованных водоемах, нарушении навигационных правил, в аварийных ситуациях на лодках и других плавсредствах.

В последнее время все большую популярность приобретает подводный спорт. Купив дыхательную трубку, маску и ласты, некоторые пловцы начинают самостоятельно осваивать технику подводных погружений, заниматься подводной охотой, фотографированием и т. д. Нередко такие занятия заканчиваются трагически. При длительном пребывании под водой,

не имея возможности возобновить запас кислорода в организме, человек может потерять сознание.

Частой причиной гибели в воде также являются переутомление, перегревание, переохлаждение, алкогольное опьянение и др. Отдыхая, надо соблюдать правила поведения и меры безопасности на воде, стараться как можно быстрее научиться плавать.

МЕРЫ ОБЕСПЕЧЕНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ КУПАНИИ:

При наступлении теплых солнечных дней люди стремятся к воде. В это время надо быть особенно внимательными. Вода ошибок не прощает. Правила поведения при купании надо выполнять очень точно. Купание ни в коем случае не должно проходить без присмотра старших, хорошо умеющих плавать. Учиться плавать обязательно нужно под руководством инструктора или родителей. Надо запомнить следующие правила:

- купаться лучше утром или вечером, когда солнце греет, но нет опасности перегрева. Температура воды должна быть не ниже 17-19, в более холодной находиться опасно. Плавать в воде можно не более 20 минут, причем это время должно увеличиваться постепенно, с 3-5 минут. Нельзя доводить себя до озноба. При переохлаждении могут возникнуть судороги, произойти остановка дыхания, потеря сознания. Лучше искупаться несколько раз по 15-20 минут, а в перерывах поиграть в подвижные игры: волейбол, бадминтон;

- не входить, не прыгать в воду после длительного пребывания на солнце. Периферические сосуды сильно расширены для большей теплоотдачи. При охлаждении в воде наступает резкое рефлекторное сокращение мышц, что влечет за собой остановку дыхания; - не входить в воду в состоянии алкогольного опьянения. Алкоголь блокирует сосудосужающий и сосудорасширяющий центр в головном мозге;

- если нет поблизости оборудованного пляжа, надо выбрать безопасное для купания место с твердым песчаным не засоренным дном, постепенным уклоном. В воду входить осторожно. Никогда не прыгать в местах, не оборудованных специально. Даже если накануне это место было безопасным для прыжков, то за ночь течением могло принести корягу или что-то сбросили в воду;

- не заплывать далеко, т.к. можно не рассчитать своих сил. Почувствовав усталость, не надо теряться и стремиться, как можно быстрее доплыть до берега. Нужно «отдыхать» на воде. Для этого обязательно научитесь плавать на спине. Перевернувшись на спину и поддерживая себя на поверхности легкими движениями рук и ног, вы сможете отдохнуть;

- если захватило течением, не пытайтесь с ним бороться. Надо плыть вниз по течению, постепенно под небольшим углом, приближаясь к берегу;

- не теряться, даже если попали в водоворот. Необходимо набрать побольше воздуха в легкие, погрузиться в воду и, сделав сильный рывок в сторону, всплыть;

- в водоемах с большим количеством водорослей надо стараться плыть у самой поверхности воды, не задевая растения, не делая резких движений. Если все же руки или ноги спутываются стеблями, необходимо сделать остановку (принять положение «поплавка», «всплывания») и освободиться от них;

- не плавать на надувных матрацах, автомобильных камерах и надувных игрушках. Ветром или течением их может отнести очень далеко от берега, а волной - захлестнуть, из них может выйти воздух, и они потеряют плавучесть. Купание с маской, трубкой и ластами требует особой осторожности: нельзя плавать с трубкой при сильном волнении воды. Плавать надо только вдоль берега и обязательно под постоянным наблюдением, чтобы вовремя могли прийти на помощь;

- не допускать грубых шалостей в воде: подплывать под купающихся, хватать их за ноги, «топить», подавать ложные сигналы о помощи и т.п.;

- не заплывать за ограничительные знаки, т.к. они ограничивают акваторию с проверенным дном, определенной глубиной, там гарантировано отсутствие водоворотов и т.д. Не надо отплывать далеко от берега или переплывать водоем на спор. Доказать свое умение плавать можно, проплыв несколько раз одну и ту же дистанцию вблизи берега;

- не подплывать к близко проходящим судам, лодкам и катерам.

ЛЕТНИЕ СПАСАТЕЛЬНЫЕ СРЕДСТВА И ИХ ПРИМЕНЕНИЕ. ПРАВИЛА ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ СПАСАТЕЛЬНЫХ СРЕДСТВ.

К летним спасательным средствам относятся:

СПАСАТЕЛЬНЫЕ КРУГИ. Бывают двух видов: пробковые и пенопластовые. Масса пробкового круга - до 7 кг, диаметр (внешний) - 750 мм; пенопластового - до 4,5 кг, диаметр - 750 мм. К кругу с четырех сторон крепится леер. Для того, чтобы круг был хорошо виден, его окрашивают в яркий оранжевый цвет.

ПРАВИЛА ПОДАЧИ СПАСАТЕЛЬНОГО КРУГА. Взявшись одной рукой за спасательный круг, второй за леер, сделать два-три круговых размаха прямой рукой на уровне плеча и бросить его плашмя утопающему, чтобы он упал справа или слева от него на расстоянии 0,5 - 1 м. При подаче круга с катера спасатель должен бросить его со стороны борта, при подаче с лодки спасатель должен встать так, чтобы средняя балка была между ногами, и бросить круг пострадавшему (в сторону кормы или носа). Бросать надо осторожно, чтобы не ударить по голове пострадавшего. Необходимо к

спасательному кругу прикреплять веревку («конец Александрова»), с помощью которой пострадавшего подтягивают к берегу или лодке.

СПАСАТЕЛЬНЫЕ ШАРЫ - это соединенные между собой тросиком пробковые или пенопластовые шары, обтянутые плотной тканью. Масса - 2 кг, поддержания - 8 кг, диаметр - 21-25 см.

ПРАВИЛА ПОДАЧИ СПАСАТЕЛЬНЫХ ШАРОВ. Взять одной рукой спасательные шары, другой - трос, сделать 2-3 круговых размаха и бросить их в направлении пострадавшего так, чтобы они упали справа или слева от него. К спасательным шарам прикрепляют веревку, и с ее помощью пострадавшего подтягивают к лодке или к берегу.

«КОНЕЦ АЛЕКСАНДРОВА» - пеньковый или капроновый трос длиной до 30 м, толщиной до 25 мм с двумя петлями на концах. К большой петле крепятся два поплавка диаметром 10-12 см, окрашенные в красный цвет, и груз массой 250-350 г.

ПРАВИЛА ПОЛЬЗОВАНИЯ «КОНЦА АЛЕКСАНДРОВА». Прежде чем его бросить, необходимо надеть малую петлю на левую руку и взять в нее всю бухту троса, а в правую - большую петлю и 4-6 шлагов «конца», сделать 2-3 круговых размаха вытянутой рукой и бросить по направлению к утопающему. Пострадавший должен надеть петлю через голову под руки и держаться за поплавки. Спасатель осторожно, без рывков, подтягивает пострадавшего к берегу, катеру или лодке.

СПАСАТЕЛЬНЫЙ НАГРУДНИК представляет собой пояс с карманами, заполненными пробками или пенопластовыми пластинами. Масса - 2,8 кг, сила поддержания - 8 кг.

ПРАВИЛА ИСПОЛЬЗОВАНИЯ СПАСАТЕЛЬНОГО НАГРУДНИКА. Должен плотно прилегать под мышками. Если он наденет правильно, то голова человека, потерявшего сознание, будет находиться под водой. Петлю спасательного нагрудника необходимо надеть над водой, через голову на шею, потом обернуть его вокруг туловища, лямки перекрестить сзади и завязать на груди.

СПАСАТЕЛЬНЫЙ ЖИЛЕТ (БУШЛАТ). Применяется как средство профилактики несчастных случаев с людьми на воде при катании на гребных лодках и судах маломерного флота, при оказании помощи пострадавшими на воде, в отдельных видах водного спорта, строительных и других видах деятельности на воде.

Научитесь делать искусственное дыхание, массаж сердца и обучитесь приемам безопасного оказания помощи тонущим:

- подплывая к утопающему (сзади), постоянно общайтесь, разговаривайте с ним;

- обхватите его грудную клетку своей ведущей рукой так, чтобы руки утопающего оказались сверху Вашей руки, а голова — над поверхностью воды;

- доставьте пострадавшего на берег;

освободите легкие пострадавшего от воды и ила: положите его на свое согнутое колено: ваше колено должно при этом упираться в солнечное сплетение пострадавшего. Таким образом Вы вызовете рвоту. Затем положите пострадавшего на спину, освободите его ротовую и носовую полости от рвотных масс и — по необходимости — приступайте к ***реанимационным мероприятиям***. После проведенных мероприятий тепло укутайте пострадавшего и доставьте его в медицинское учреждение.