

Лето. Правила оказания первой помощи пострадавшему на воде

Летом умение оказывать первую помощь на воде становится особенно актуальным. Если вы заметили, что человеку, находящемуся в воде, внезапно стало плохо, или он взывает о помощи, не теряя времени, привлечите внимание как можно большего количества людей к утопающему.



Если на пляже нет профессиональных спасателей, бросайтесь на помощь утопающему самостоятельно. Не лишним будет оценить свои силы: если вы сами плохо умеете плавать, вряд ли вы что-то сможете помочь. Однако если кроме вас прийти на помощь абсолютно некому, по крайней мере, соблюдайте следующие правила спасения:

- Поручите кому-то вызвать Скорую помощь, еще до того, как утопающего вынесли на берег. Так вы сэкономите время и, возможно, Скорая подоспеет как раз вовремя, чтобы спасти человеку жизнь.

- Прежде чем ринуться в воду, захватите с собой любой плавающий предмет. Конечно, лучше всего, чтобы это был спасательный круг, однако если его не оказалось под рукой, возьмите хотя бы надувной матрас, подушку, ветку дерева или даже бревно, которое вполне может оказаться на берегу. Все эти приспособления облегчат вам процесс транспортировки утопающего на берег.

- Если дело происходит не на морском побережье, а на берегу реки с сильным и быстрым течением, желательно захватить с собой длинную крепкую веревку, предварительно хорошо закрепив один из ее концов на берегу. Так вам будет проще справиться с течением.

Всегда подплывайте к утопающему сзади. Самый простой

вариант спасения – подплыть сзади и взять утопающего подмышки, закрепив руки замком у него на груди. На берег вы можете плыть, помогая себе ногами.

- Если утопающий находится во вменяемом состоянии и адекватно реагирует на ваши команды, поддерживайте с ним голосовой контакт во время всей операции по спасению.

- Если утопающий в панике или в состоянии глубокого шока, или, что еще хуже, бьется в истерике, ни в коем случае не подплывайте к нему спереди, иначе вы рискуете погибнуть вдвоем. Человек, находящийся в состоянии паники, может судорожно хвататься за вас, тянуть вас под воду или стараться вскарабкаться на вас, что крайне опасно для обоих. Если во время спасения утопающий мешает вам своими действиями, постарайтесь образумить его словами, произнесенными в уверенном приказном тоне, однако если и это не поможет, дайте ему пощечину, возможно, так человек придет в себя и прекратит истерику.

- Пока вы находитесь в воде, держите голову утопающего над водой, как только коснетесь берега ногами, начинайте действия по спасению.

- До приезда Скорой, очистите нос и рот утопающего от песка и грязи.

- Если утопающий не проявляет признаков жизни, начинайте выполнять сердечно-легочную реанимацию. Очень важно уметь делать это правильно, поэтому, если вы никогда не обучались основным правилам оказания первой помощи, постарайтесь найти среди присутствующих на пляже людей врача или человека, который знает, как выполнять сердечно-легочную реанимацию. Не прекращайте оказание первой помощи до самого приезда Скорой.

- Если зрачки утопающего расширены и не реагируют на свет, немедленно начинайте выполнять наружный массаж сердца.

Ниже вы можете ознакомиться с описанием необходимых действий от профессиональных врачей.