**Безопасность на воде!**

15.07.2017 г. на реке Кильмезь у пгт. Кильмезь во время купания утонул несовершеннолетний житель д. Вичмарь Кильмезского района гр. Брызгалов С.С. 2003 г.р.

16.07.2017 г. на реке Вала в 1.5 км. от деревни Моторки Моторского сельского поселения Кильмезского района Кировской области во время купания утонули несовершеннолетние жители Увинского района Удмуртской республики приехавшие в гости в деревню Моторки: Гребёнкин А. А. 2005 г. р. и Гребёнкин Н.А. 2008 г.р.

По предварительным данным во всех случаях дети ушли купаться самостоятельно, без сопровождения старших.

**В целях предупреждения гибели людей на воде напоминаем правила поведения:**

**Во время купания необходимо соблюдать правила безопасного поведения на воде:**

1. Не забывайте, что детям разрешается купаться только в присутствии взрослых.

2. Категорически запрещается купание в состоянии алкогольного опьянения.

3. Начинать купание следует при температуре воды не ниже 18 градусов.

4. Не следует входить в воду уставшим, разгоряченным или вспотевшим.

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

6. Ни в коем случае не отплывайте далеко от берега на надувных матрацах, автомобильных камерах, надувных игрушках - подручное средство может оказаться неисправным, порваться, и ты внезапно окажешься в воде, а это очень опасно даже для умеющих хорошо плавать.

**Запрещается:**

- нырять в незнакомых местах - на дне могут оказаться притопленные бревна, камни, коряги;

- хватать друг друга за руки, ноги, голову и другие части тела во избежание несчастных случаев и травм;

- «топить» друг друга;

- купаться в штормовую погоду или в местах сильного прибоя;

- пить воду из водоемов без соответствующей обработки;

- купаться во время грозы;

- подавать крики ложной тревоги.

Различные водоемы  (реки, побережье морей, пруды, озера и пр.) всегда представляют опасность для человека, даже если он умеет прекрасно плавать. Особенно в жару человек способен искупаться в любом водоеме, даже в строительных котлованах, траншеях  или карьерах.

Именно такие случайные водоемы представляют особенную опасность. Никто не сможет поручиться, что дно таких водоемов чистое и на дне нет ни кирпичей, ни арматуры или другого строительного  мусора. А порой недобросовестные строители поступают именно так, сбрасывая ненужный мусор подальше  с глаз в котлованы или траншеи.

Купаясь в таком водоеме можно не только пораниться, но и получить более серьезные травмы.

Даже если вы прекрасно плаваете,  это не дает гарантии безопасного отдыха на воде. Находясь в воде,  каждый из купающихся должен соблюдать определенные правила и строго их соблюдать.

Купание разрешается в оборудованных водоемах или на пляжах, которые   соответствуют санитарно-эпидемиологическим требованиям. Если вы решили искупаться в незнакомом водоеме, заходите в воду осторожно и медленно, обследуя при этом  дно.

Лучшее время суток для купания – утренние часы с 8 до 10 часов и вечерние – с 17 до 19 часов. Днем не рекомендуется купаться по той причине, что возможно перегревание и находясь долго в воде, можно даже простудиться. Купаться лучше через  1-1,5 часа после еды. Но и на голодный желудок в воду заходить не рекомендуется.

Перед купанием следует немного отдохнуть, поскольку плавание  требует определенных физических усилий.

Запрещается купаться в состоянии алкогольного опьянения, также распивать спиртные напитки.

Находясь в воде, категорически запрещается подныривать под плывущим человеком, «топить» его и  подавать ложные сигналы о помощи, также нырять  с перил, лодок и других необорудованных для этой цели средств.

Не купайтесь в одиночестве, особенно если вы не уверены в своих силах.

Если с взрослыми более-менее понятно, то по отношению к детям правила безопасного купания должны соблюдаться очень строго.

Маленькие дети должны купаться, только  под присмотром  взрослых. Взрослые должны рассказать детям о правильном поведении на воде, особенно если они отправляются [в оздоровительный лагерь](http://taiafilippova.ru/podgotovka-rebenka-k-lageryu) или туристические походы.

Находясь на пляже, мы не должны выпускать из поля зрения своего ребенка.  Когда на пляже много народа, очень сложно бывает увидеть в толпе  купающихся детей своего ребенка . Чтобы не потерять ребенка из вида, оденьте его в яркий купальник или плавки, девочкам завяжите яркий бантик. Если у вас дети – близнецы, оденьте их так, чтобы в их одежде были какие-то различия.

Согласно наблюдениям  тонут те, кто или очень хорошо умеет плавать, или, наоборот, не умеет плавать  вообще. Первые порой не оценивают  свои возможности  и силы, могут заплыть далеко и у них порой просто не хватает  сил вернуться назад. А вторые – ну тут понятно, просто не умеют держаться на воде.

Если рядом тонет человек, возможно вы и не поймете, что это происходит  на самом деле. Когда человек тонет, он просто физиологически не способен кричать: он то уходит под воду, то выныривает, что бы успеть вдохнуть воздух. И снова уходит  под воду. Он не может контролировать движения рук, чтобы сбалансировать в  воде, он рефлекторно прижимает руки к туловищу. Тут уж не до размахивания руками и криков о помощи. Такой тонущий может находиться на поверхности до полного погружения в воду от 20 до 60 секунд.

Если вы увидели непонятное поведение находящегося рядом с вами человека, и если

некому помочь и вы уверены на 100% в своих силах, помогите тонущему (Рисунок №1). Обязательно запомните, что подплывать к тонущему необходимо только сзади, чтобы тонущий не видел вас. Иначе, увидев вас, он может  ухватиться за вас мертвой хваткой и вы оба можете уйти ко дну.



Рисунок №1.

Подплыв сзади, постарайтесь перевернуть тонущего на спину и плывите с ним к берегу. Если тонущий сопротивляется, как советуют спасатели, можно его пристукнуть.

Плывите с пострадавшим, находясь параллельно с ним или находясь под ним.

Если  утопающий опять ушел под воду, то поднырните под него и постарайтесь его вытолкать на поверхность. Если это не удалось , запомните место и громко зовите на помощь, возможно человека удастся спасти.

Если Вы сами начали тонуть, то самое главное: не паникуйте!

  Постарайтесь снять с себя лишнюю одежду, обувь, громко кричите и зовите на помощь. Перевернитесь на спину, расслабьтесь, глубоко вдохните и выдохните. Постарайтесь прочистить нос, проглотите воду во рту. Если при нырянии вы за что-то зацепились, постарайтесь не спеша отцепиться от того, за что зацепились.

При появлении судорог в ногах, задержите дыхание, ущипните сведенную мышцу, расслабьте ногу и постарайтесь плыть к берегу.

Если не получается, зовите на помощь.

Если из воды достали человека без признаков жизни, необходимо понять в первую очередь, , какое произошло утопление, «синее» или «белое». От этого  зависит  правильное оказание первой помощи.

При оказании первой помощи медлить нельзя, счет идет на секунды. Необходимо как можно быстрее приступить к оказанию помощи, а кто-то другой обязан как можно быстрее вызвать скорую помощь.

Признаками «синего посинения» является сине-серые лицо и шея, и выделение из носа и рта   розоватой  пены. Такое утопление характерно для взрослых и детей, не умеющих плавать, а также для людей, находящихся в состоянии алкогольного опьянения.

***Помощь*:**  пострадавшего поворачиваем на живот таким образом, чтобы голова оказалась ниже уровня его таза, например, на скамейку таким образом, чтобы  голова свисала с края скамейки. Ребенка можно положить на согнутую ногу (бедро), а малыша просто  взять за ноги  и опустить вниз головой. Не стоит тратить время на поиски пульса. Быстрым движением вводим в его ротовую полость пальцы и круговыми движениями удаляем содержимое его ротовой полости. (Рисунок №2).



Рисунок №2.

Признаки «белого» утопления. У таких утопленников кожа бледного цвета.  Такое утопление возникает из-за резкого контакта с холодной водой, что приводит к рефлекторной остановке сердечной деятельности.

***Помощь*:**  При таком виде утопления не стоит тратить время на удаление воды из верхних дыхательных путей, необходимо немедленно начать искусственное  дыхание и непрямой массаж сердца.

Номера телефонов вызова экстренных служб – 112, 101, 102, 103, 104 (даже при отрицательном балансе на телефоне).

**Берегите себя и своих близких!!!**

Государственный инспектор по пожарному надзору С.Д. Кашин.