



ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПОСТРАДАВШЕМУ НА ВОДЕ



ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ В НАЧАЛЬНОМ ПЕРИОДЕ УТОПЛЕНИЯ



Если пострадавший спасен в начальном периоде, при достаточном дыхании и удовлетворительном пульсе, необходимо:

- уложить его горизонтально с приподнятыми вверх на 45°-50° ногами;
- принять меры к устранению эмоционального стресса (успокоить, дать вдолбить нашатырный спирт, снять мокрую одежду, досуха обернуть тело, растереть руки и ноги, сделать массаж грудной клетки, принять меры по согреванию тела);
- доставить пострадавшего в медицинское учреждение или вызвать скорую помощь, так как даже кратковременная потеря сознания при утоплении должна рассматриваться как серьезное предостережение о тяжести возможных последствий.



ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ ИЗВЛЕЧЕННЫМ ИЗ ВОДЫ БЕЗ ПРИЗНАКОВ ЖИЗНИ

Основу первой медицинской помощи извлеченным из воды без признаков жизни (дыхания и кровообращения) составляют мероприятия, направленные на обеспечение проходимости верхних дыхательных путей; проведение ИВЛ (искусственной вентиляции легких); поддержание кровообращения.

ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОХОДИМОСТИ ВЕРХНИХ ДЫХАТЕЛЬНЫХ ПУТЕЙ

Для обеспечения проходимости верхних дыхательных путей необходимо пострадавшего положить на спину, затылочно положить под плечи валик из скатанной одежды или другой предмет.



Затем нижнюю челюсть выдвинуть вперед и вверх, а большим пальцем, нажимая вниз на подбородок, открыть рот.

Сделать максимальное перевертывание (вероятнее всего голову назад, при этом рот как правило открывается).



Если рот не открывается, стать на колени за головой пострадавшего, сместить его нижнюю челюсть обхватив руками так, чтобы указательные пальцы лежали на ее углах, а большие - у слуховых отверстий.



Очистить полость рта двумя пальцами или пальцами обернутыми тканью (носовым платком, чистым рубцем) от инородных тел (песка, ила, слизи, рвотных масс; удалить слезную пленку) и приступить к искусственной вентиляции легких (ИВЛ).

ПРИМЕЧАНИЕ: все подготовленные мероприятия к ИВЛ должны занимать не более 20-30 секунд.



ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОХОДИМОСТИ ВЕРХНИХ ДЫХАТЕЛЬНЫХ ПУТЕЙ



Оказывающий помощь одной рукой удерживает голову пострадавшего в запрокинутом положении, а другой надавливает его рот открытым. Салфетку или платок прижав свой рот к открытому рту пострадавшего, вдыхает воздух (используя через марлю, платок). Во избежание чуждого воздуха во время вдыхания, нос пострадавшего необходимо зажать.

Во время вдыхания воздуха необходимо следить за движением грудной клетки пострадавшего, чтобы быть уверенным в эффективности искусственной вентиляции. Частота вдыхания в первую минуту - 18-20, а последующими - 14-18 раз. Длится 20-30 раз в минуту, при этом детям до 5 лет вдыхание воздуха следует проводить в рот и в нос одновременно.

ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОХОДИМОСТИ ВЕРХНИХ ДЫХАТЕЛЬНЫХ ПУТЕЙ



Оказывающий помощь делает вдох и выдох своим ртом (через марлю, платок) нос пострадавшего зажимает в его ладони, при этом в момент вдыхания рот пострадавшему должен быть закрыт за счет прижатия нижней губы к верхней большой пальцем.

Данный способ применяется при невозможности открыть рот пострадавшему (после 2-3 попыток) при повреждении ротовой полости пострадавшего. Нужно повернуть подбородок ИВЛ необходимо делать по появлению самостоятельного устойчивого дыхания или до прибытия врача.

ПРИМЕЧАНИЕ: при обоих способах ИВЛ после каждого вдыхания воздуха освобождать рот и нос пострадавшего для свободного (пассивного) выдоха.

ПОДДЕРЖАНИЕ КРОВООБРАЩЕНИЯ НЕПРЯМОЙ (НАРУЖНОЙ) МАССАЖ СЕРДЦА



Проводится при резком ослаблении или прекращении кровообращения. Признаком истощения пульса - на сонной артерии, расширение зрачков без их реакции на свет, остановка дыхания. В таких случаях искусственно вынужденные ритмы необходимо сочетать с непрямой массаж сердца.

Расположившись сбоку от пострадавшего, упираясь на твердую поверхность (землю, скамью, шп и т.п.) и положив ладони друг на друга (как показано на рисунке) на два пальца выше края грудины, ритмично надавливать по направлению к позвоночнику, с частотой 60-70 надавливаний в минуту. Надавливание следует проводить основанием ладони, а не всей ладонью, высотой приподнятых пальцев - правой рукой.

Дети и подросткам толчок делается слабее (пальцами или ладонью одной руки) и чаще (80-100 раз в минуту), надавливать не следует грудью. Непрямой массаж сердца и ИВЛ должны строго чередоваться: на 2 быстрых вдоха - 10-12 надавливаний.

ПРОВЕДЕНИЕ НЕПРЯМОГО МАССАЖ СЕРДЦА ДУМАЯ СПАСАТЕЛЯМИ



Непрямой массаж сердца и ИВЛ лучше выполнять вдвоем. В таком случае один спасатель проводит массаж, а другой - ИВЛ, чередуя 4-5 надавливаний с одним вдохом воздуха.

ПРИМЕЧАНИЕ: расположение спасателей и техника проведения массажа сердца и ИВЛ, как и при оказании помощи одним спасателем.

Наряду с указанными мероприятиями пострадавшего необходимо переодеть в сухую одежду и согреть, причем к согреванию необходимо прибегнуть только при утоплении в холодной воде, когда температура тела пострадавшего опускается ниже 30 - 32 градусов. Людей, выведенных из состояния клинической смерти согревать не нужно, несмотря на то, что они могут интенсивно терять тепло.
Не прекращайте оказывать помощь пострадавшему до прибытия врача!

ОВЛАДЕВАЙТЕ ПРИЕМАМИ ОКАЗАНИЯ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ!



РЕСПУБЛИКАНСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННО-ОБЩЕСТВЕННОЕ ОБЪЕДИНЕНИЕ
«БЕЛОРУССКОЕ РЕСПУБЛИКАНСКОЕ ОБЩЕСТВО СПАСАНИЯ НА ВОДАХ» (ОСВОД)
 Гомельская областная организация



ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ



+375 232 **73-00-33** (ОСВОД)
101, 112 (МЧС)

- При судороге ноги погрузите на секунду в воду с головой и, выпрямив сведенную судорогой ногу, сильно потяните на себя ступню за большой палец.
- При судороге икроножной мышцы согните, двумя руками обхватите стопу пострадавшей ноги и с силой подтяните стопу к себе.
- При судорогах мышц бедра обхватите рукой ногу с наружной стороны ниже голени у лодыжки (за подъем) и, согнув ее в колене, потяните рукой с силой назад к спине.
- Произведите укальвание любым острым подручным предметом (булавкой, иголкой и т.п.).

Если начали покрываться "ГУСИНОЙ КОЖЕЙ", а зубы стали отбивать чечетку

- Немедленно выйдите из воды, вытрясите воду из ушей и вытрите насухо.

Если у вас ПЕРЕОХЛАЖДЕНИЕ тела и сводит конечности, а возможности немедленно выйти из воды нет:

- Измените стиль плавания – плывите на спине.
- При ощущении стягивания пальцев руки быстро, с силой сожмите кисть руки в кулак, сделайте резкое отбрасывающее движение рукой в наружную сторону и разожмите кулак.

Помните, что утонувшего МОЖНО СПАСИТИ, если он пробыл под водой МЕНЕЕ 5 МИНУТ!

Опн. ООО "Чайка". Зан. №17210 от 10.05.2017



РЕСПУБЛИКАНСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННО-ОБЩЕСТВЕННОЕ ОБЪЕДИНЕНИЕ
«БЕЛОРУССКОЕ РЕСПУБЛИКАНСКОЕ ОБЩЕСТВО СПАСАНИЯ НА ВОДАХ» (ОСВОД)
 Гомельская областная организация

СОБЛЮДАЙТЕ ОСТОРОЖНОСТЬ НА ВОДЕ!



Памятка школьнику

+375 232 **73-00-33** (ОСВОД) **101, 112** (МЧС)



РЕСПУБЛИКАНСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННО-ОБЩЕСТВЕННОЕ ОБЪЕДИНЕНИЕ
«БЕЛОРУССКОЕ РЕСПУБЛИКАНСКОЕ ОБЩЕСТВО СПАСАНИЯ НА ВОДАХ» (ОСВОД)
 Гомельская областная организация

СОБЛЮДАЙТЕ ОСТОРОЖНОСТЬ НА ВОДЕ!



Памятка школьнику

+375 232 **73-00-33** (ОСВОД) **101, 112** (МЧС)



РЕСПУБЛИКАНСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННО-ОБЩЕСТВЕННОЕ ОБЪЕДИНЕНИЕ

«БЕЛОРУССКОЕ РЕСПУБЛИКАНСКОЕ
ОБЩЕСТВО СПАСАНИЯ НА ВОДАХ» (ОСВОД)

Гомельская областная организация

+375 232 73-00-33 (ОСВОД) 101, 112 (МЧС)

СПАСАНИЕ вплавь

ОСВОБОЖДЕНИЕ ОТ ЗАХВАТА ОДНОЙ РУКИ

Упритесь ногами в грудь или плечи тонущего и сильно оттолкнитесь.

ОСВОБОЖДЕНИЕ ОТ ЗАХВАТА ЗА ШЕЮ СПЕРЕДИ



Ладонью одной руки упритесь в подбородок утопающего, большим и указательным пальцами той же руки захватите ему ноздри. Одновременно другой рукой обхватите за поясницу. Затем, нажимая пальцами на нос, сильно прижмите утопающего к себе и резко толкните его в подбородок, изгибая тонущего в пояснице. Освобождение можно усилить ударом колена в низ живота тонущего, но этот прием применяется только в крайних случаях.

ОСВОБОЖДЕНИЕ ОТ ЗАХВАТА ЗА НОГИ



Захватите одной рукой голову тонущего в области виска, а другой - с противоположной стороны за подбородок, энергично поворачивайте голову в сторону и набок до момента освобождения тонущим ваших ног.

ОСВОБОЖДЕНИЕ ОТ ЗАХВАТА ЗА ШЕЮ СЗАДИ



Захватите тонущего за кисть левой (правой) руки, подоприте его локоть той же руки и, резко приподняв локоть вверх, а кисть поворачивая вниз, выскользните из-под его рук. Затем, не отпуская захваченной руки, разверните тонущего к себе спиной и приступите к одному из приемов транспортировки.

Начался купальный сезон.

Тысячи людей устремились к берегам рек, озер, но не все они соблюдают правила поведения на воде.

Как часто неумение плавать, лисачество приводят к несчастным случаям!

В благородной роли спасателя человеческой жизни может оказаться каждый человек. Но для того, чтобы попытка спасти терпящего бедствие не кончилась неудачей, нужно знать приемы спасения вплавь.

В этом случае дорога каждая минута. По возможности надо постараться снять одежду, наиболее стесняющую движения, - пальто, ботинки, пиджак, женщинам - юбку. На оставшейся одежде необходимо вывернуть карманы.

Приближаться к утопающему необходимо по возможности сзади него, защищаясь от захватов. Если не удалось подплыть к терпящему бедствие сзади, то за два-три метра от него нырните под воду и, приблизившись к его ногам, рывком потяните одну ногу за бедро на себя, а другую толкните от себя. Это одновременное движение повернет туловище тонущего кругом.

После этого спасатель выныривает за спиной тонущего.

ОСВОБОЖДЕНИЕ ОТ ЗАХВАТА ЗА КИСТИ РУК

Определите расположение больших пальцев тонущего, сильным рывком разведите руки в стороны больших пальцев, одновременно подтяните ноги и, уперевшись ими в грудь тонущего, оттолкнитесь от него.



ПОДЪЕМ УТОНУВШЕГО СО ДНА

Для подъема лежащего на дне утонувшего нырните, приблизьтесь к нему со стороны головы, если он лежит на спине, или со стороны ног, когда он лежит на груди. Подъем осуществляется гораздо быстрее, если спасающий оттолкнется от дна ногами.



БУКСИРОВКА ТОНУЩЕГО С ЗАХВАТОМ ВЫШЕ ЛОКТЕЙ

Возьмите сзади обе руки тонущего, оттяните их назад, просуньте свою правую (левую) ему под мышку, проведите ее за спиной тонущего, возьмите за другую руку выше локтя и буксируйте, плывя на бок.

БУКСИРОВКА ТОНУЩЕГО С ЗАХВАТОМ ПОД РУКИ



Продвиньте свою правую (левую) руку под правую (левую) руку утопающего, возьмите его за левую (правую) руку выше локтевого сгиба и, прижимая его спиной к себе, буксируйте, плывя на бок, закрывая одной свободной рукой.

БУКСИРОВКА ТОНУЩЕГО С ЗАХВАТОМ ПОД МЫШКИ



Подхватите тонущего двумя руками под мышки и буксируйте, плывя на спине.

БУКСИРОВКА ТОНУЩЕГО С ЗАХВАТОМ ЗА ГОЛОВУ



Возьмите тонущего за голову так, чтобы большие пальцы лежали на щеках, а мизинцы под нижней челюстью и, плывя на спине, буксируйте к берегу или судну.



ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДОЕМАХ

Лучшее время суток для купания:



утром
8.00 - 10.00



вечером
17.00 - 19.00

Рекомендуется:

перед купанием - отдохнуть;
 входить в воду осторожно, медленно,
 когда вода дойдет вам до пояса,
 остановитесь и плывите вдоль берега
 или к нему;
 купаться в специально
 отведенных и
 оборудованных для этого
 местах;
 перед купанием в незнакомых местах
 обследовать дно;
 находиться в воде не более 15-20
 минут;
 после купания растереть тело
 полотенцем.

Не рекомендуется:

купаться раньше чем через
 час-полтора после приема пищи;
 входить в воду разгоряченным;
 отплывать далеко от берега;
 доводить себя до озноба;
 пользоваться надувными
 матрасами,
 автомобильными камерами и
 другими не предназначенными для
 купания предметами.

Запрещается:



оставлять без присмотра
детей;



заплывать за
предупредительные
знаки;



прыгать и нырять в воду в
неизвестном месте;



подплывать под купающихся,
хватать друг друга за руки и
ноги в воде с целью
разигрыша;



подавать ложные сигналы
бедствия;



купаться в нетрезвом
состоянии.

Источник: ОСВОД.

© Инфографика