

## Безопасность на воде

27.06.2014

В летний период, когда ярко светит, многие жители с удовольствием проводят время на водоемах. Зачастую такой отдых является единственным спасением от жары. Однако нельзя забывать, что несчастные случаи на воде происходят ежегодно. В связи с этим, необходимо соблюдать несложные правила безопасности, и, конечно же, довести их до своих детей.

Часто случается, что мы переоцениваем свои силы, и, заплывая все дальше, и дальше в какой-то момент понимаем, что сил доплыть назад не хватит. В таком случае необходимо не поддаваться панике: техника отдыха на спине поможет расслабиться и собраться с силами.

Не стоит нырять в незнакомых местах, а также с причалов, лодок, катеров и матрасов, так как на дне могут находиться опасные предметы: камни, коряги, бревна.

Конечно же, для плавания стоит выбирать специально отведенные для этого места, не заплывать за буйки, обозначающие безопасную зону.

Чтобы избежать плачевных последствий, ни в коем случае не оставляйте малолетних детей, не умеющих плавать без присмотра.

Объясните детям, что не стоит шалить в воде: окунать друзей с головой, хватать плывущего за ноги - увлекшись игрой человек может вдохнуть вместо воздуха воду и потерять сознание.

Если случилась беда, навыки оказания первой помощи могут помочь спасти человеку жизнь.

В первую очередь вызовите «Скорую помощь» и незамедлительно приступайте к оказанию первой помощи.

Необходимо очистить ротовую полость, дыхательные пути и желудок пострадавшего от воды, песка и ила: переклоните его через колено, положив на живот головой вниз.

Если человек находится без сознания, приступите к реанимационным действиям. Чтобы не допустить западание языка, запрокиньте голову пострадавшего, подложив ему под плечи валик из подручных вещей: полотенца, одежды, пледа. Начните искусственное дыхание и непрямой массаж сердца. При появлении признаков жизни - уложить человека лицом вниз, удалить остатки воды из дыхательных путей и желудка.

2 региональный отдел надзорной деятельности Управления по CAO ГУ МЧС России по г. Москве напоминает - ваша безопасность в ваших руках, постоянное соблюдение правил безопасности на воде и навыки оказания первой помощи помогут избежать беды.

Телефон доверия Главного Управления МЧС России по г. Москве: 8 (495) 637-22-22

---

Адрес страницы: <http://golovinskiy.mos.ru/presscenter/news/detail/1164072.html>

---

[Управа района Головинский города Москвы](#)