

Памятка "Безопасное купание"

Памятка для родителей и детей по безопасности на водоёмах и запрете купания в необорудованных местах.



Лето пора знойного солнца, отпусков, поездок на море, речку, озеро. Но вместе с этим, купание, которое доставляет детям столько удовольствия, может быть очень опасно!

Вы можете сохранить жизнь ребенка, если объясните ему элементарные правила безопасности на воде.

Правила безопасности при купании в открытых водоемах

- Для плавания используйте лишь круги и жилеты, предназначенные для применения в открытых водоемах, у них должны быть толще стенки и, желательно, несколько автономных камер. Чтобы ребенок не утонул при проколе одной из них.
- Всегда будьте возле ребенка, который в воде. Не отводите от него взгляда. Дошкольник может за секунду уйти под воду и захлебнуться.
- Старайтесь не брать дошкольников кататься на лодках, водных велосипедах и других плавательных средствах, это может быть опасно. Но даже если и берете малыша, всегда надевайте на него еще на берегу спасательный жилет.
- Плавайте в специально отведенных местах с чистым проверенным дном, и где есть спасатель и медицинский пункт.
- Но если вы плаваете с детьми на природе, то выбирайте чистое мелкое место с течением меньше 0,5 метра/секунду. Предварительно проверьте самостоятельно дно, оно должно быть не топким и без острых предметов. Всегда будьте возле малышей.

- Не разрешайте дошкольникам заплывать далеко от берега и нырять на мелких местах или там, где незнакомое дно.
- Не допускайте грубых игр на воде: нельзя подныривать под плывущего человека, «топить» его. Подавать ложные сигналы о помощи.
- Купание детей должно проходить под присмотром взрослых.
- Нельзя заниматься плаванием сразу после еды.
- Не оставляйте малышей одних возле воды.
- Купаться следует только в специально оборудованных местах.
- На природе за городом место для купания нужно выбирать там, где чистая вода. Ровное дно, нет сильного течения.
- Следите за играми детей даже на мелководье.
- Учиться плавать дети могут только под контролем взрослых.
- Если ребенок пользуется плавсредством (круги, матрацы и т.п.), то при покупке следует обращать внимание на то. Что бы оно состояло из нескольких независимых надувных частей.

Меры безопасности при купании

1. Купаться лучше утром или вечером, когда солнце греет, но еще нет опасности перегрева
2. Температура воды должна быть не ниже 17-19 градусов, находиться в воде рекомендуется не более 20 минут.
3. Не следует входить или прыгать в воду после длительного пребывания на солнце, т.к. при охлаждении в воде наступает сокращение мышц, что привлечет остановку сердца
4. В ходе купания не заплывайте далеко.
5. В водоемах с водорослями надо плыть у поверхности воды.
6. Опасно плавать на надувных матрацах, игрушках или автомобильных шинах, т.к. ветром или течением их может отнести от берега, из них может выйти воздух, и человек, не умеющий плавать, может пострадать.
7. Не разрешайте нырять с мостов, причалов.
8. Нельзя подплывать к лодкам, катерами судам.

9. Следует помнить, что ограничительные знаки на воде указывают на конец акватории с проверенным дном. Пренебрежение этими правилами может привести к получению травмы или гибели.

Меры безопасности детей на воде

- Купаться только в специально отведенных местах
- Не заплывать за знаки ограждения мест купания
- Не допускать нарушения мер безопасности на воде
- Не плавать на надувных матрацах, камерах
- Не купаться в воде, температура которой ниже плюс 18 градусов

Первая помощь при утоплении

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 розовой 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.

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.

Соблюдайте правила поведения на воде и будьте здоровы!