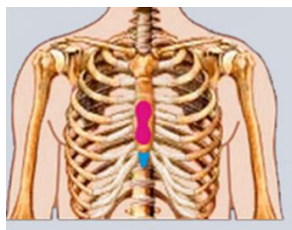
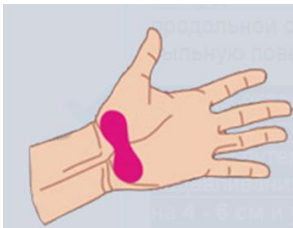


ПРАВИЛА ОКАЗАНИЯ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ ПРИ УТОПЛЕНИИ

Извлечь пострадавшего из воды, соблюдая правила собственной безопасности. **Вызвать скорую помощь (если есть помощник).**

При отсутствии дыхания и кровообращения – провести сердечно-легочную реанимацию.

1. Пальцем, обернутым материалом, освободить полость рта от инородных тел (ил, вода, песок).
2. Запрокинуть голову для освобождения дыхательных путей.



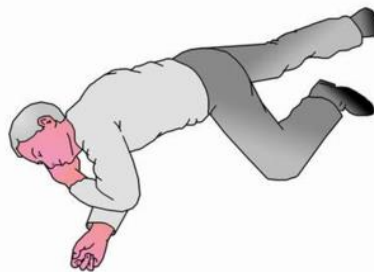
3. Провести 30 массажных толчков подряд, частотой 90-110 в минуту. Глубина надавливания - 4-5 см

4. Продолжать реанимацию в

соотношении 30 толчков на 2 вдоха до появления самостоятельного дыхания.



5. После этого придать пострадавшему стабильное боковое положение



Телефоны экстренного реагирования

Единая служба спасения



101
(112)

Скорая помощь

103



ПАМЯТКА

по правилам
безопасного
поведения на воде



г. Нижний Новгород

ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ.

- КУПАТЬСЯ СЛЕДУЕТ В СПЕЦИАЛЬНО ОБОРУДОВАННЫХ МЕСТАХ: ПЛЯЖАХ, БАССЕЙНАХ, КУПАЛЬНЯХ.



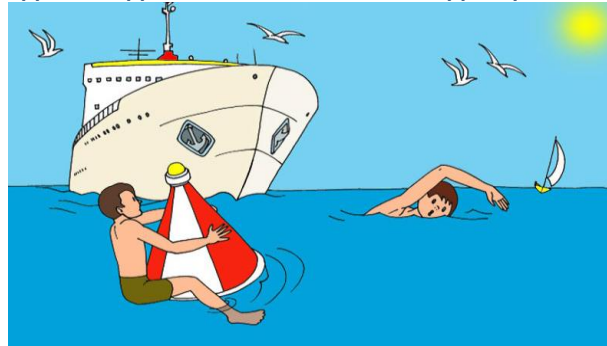
- НЕ ВХОДИТЕ В ВОДУ В СОСТОЯНИИ АЛКОГОЛЬНОГО ОПЬЯНЕНИЯ.



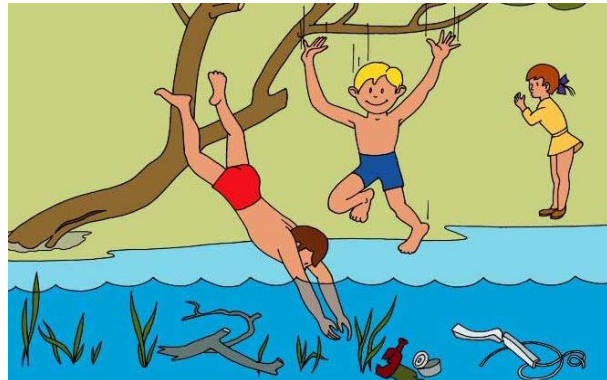
- В ВОДЕ СЛЕДУЕТ НАХОДИТЬСЯ НЕ БОЛЕЕ 10-15 МИНУТ. ПРИ ПЕРЕОХЛАЖДЕНИИ ТЕЛА МОГУТ ВОЗНИКНУТЬ СУДОРОГИ.



- НЕ ПОДПЛЫВАЙТЕ БЛИЗКО К ИДУЩИМ СУДАМ. НЕ ЗАПЛЫВАЙТЕ В ЗОНУ АКВАТОРИИ, ГДЕ ПЕРЕДВИГАЮТСЯ КАТЕРА И ГИДРОЦИКЛЫ



- ОПАСНО ПРЫГАТЬ ИЛИ НЫРЯТЬ В ВОДУ В НЕИЗВЕСТНОМ МЕСТЕ - МОЖНО УДАРИТЬСЯ ГОЛОВОЙ О ГРУНТ, КОРЯГУ, СВАЮ И Т.П., СЛОМАТЬ ШЕЙНЫЕ ПОЗВОНКИ, ПОТЕРЯТЬ СОЗНАНИЕ И ПОГИБНУТЬ.



- НЕ ДОПУСКАЙТЕ ГРУБЫХ ИГР НА ВОДЕ. НЕЛЬЗЯ ПОДПЛЫВАТЬ ПОД КУПАЮЩИМИСЯ, «ТОПИТЬ», ПОДАВАТЬ ЛОЖНЫЕ СИГНАЛЫ О ПОМОЩИ И ДР.



- НЕ ОСТАВЛЯЙТЕ ВОЗЛЕ ВОДЫ ДЕТЕЙ. ОНИ МОГУТ ОСТУПИТЬСЯ, УПАСТЬ, ЗАХЛЕБНУТЬСЯ ВОДОЙ ИЛИ ПОПАСТЬ В ЯМУ.



- ОЧЕНЬ ОСТОРОЖНО ПЛАВАЙТЕ НА НАДУВНЫХ МАТРАСАХ И НАДУВНЫХ ИГРУШКАХ. ВЕТРОМ ИЛИ ТЕЧЕНИЕМ ИХ МОЖЕТ ОТНЕСТИ ДАЛЕКО ОТ БЕРЕГА, ЗАХЛЕСТНУТЬ ВОЛНОЙ, ИЗ НИХ МОЖЕТ ВЫЙТИ ВОЗДУХ.



- НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ ГРЕБНЫЕ И МОТОРНЫЕ ПЛАВСРЕДСТВА, ВОДНЫЕ ВЕЛОСИПЕДЫ И МОТОЦИКЛЫ В ЗОНАХ ПЛЯЖЕЙ, В ОБЩЕСТВЕННЫХ МЕСТАХ КУПАНИЯ ПРИ ОТСУТСТВИИ БУЙКОВОГО ОГРАЖДЕНИЯ ПЛЯЖНОЙ ЗОНЫ.

