

## БЕЗОПАСНОСТЬ НА ВОДЕ - СОХРАНЕНИЕ ЖИЗНИ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

(памятка для родителей и руководителей оздоровительных учреждений)



Утопление определяется как процесс, во время которого человек испытывает затруднение дыхания в результате погружения в воду.

Наибольшую опасность утопление представляет для детей раннего возраста и является ведущей причиной смерти от непреднамеренных травм у детей от 1 года до

4-х лет. Маленькие дети могут утонуть даже в 2 см воды в ванне, старшие дети тонут в местах отдыха при плавании в реках и каналах, в прудах, в плавательных бассейнах. Грудные дети могут утонуть при оставлении одних в ванне или под наблюдением другого ребенка. Особому риску утопления подвержены дети, начинающие ходить, когда могут упасть или залезть в воду. Молодые люди склонны к рискованному поведению в связи с употреблением алкоголя.

В Европе по данным Всемирной организации здравоохранения в результате утопления ежегодно гибнет более 5000 детей. Это вторая по частоте причина смерти от несчастного случая у детей до 15 лет (после автомобильной аварии). Из 750 тонущих детей, примерно 375 тонут менее чем в 22 метрах от родителей. Из десяти утонувших детей один тонет прямо на глазах у родителей, не понимающих, что происходит.

**Утопление может произойти в течение нескольких секунд.** Тело утопающего человека остается в воде в вертикальном положении, при этом почти отсутствуют поддерживающие движения ногами. Если человека не спасут, он может продержаться в воде от 20 до 60 секунд перед окончательным погружением.

### **Признаки состояния утопления:**

- голова находится низко в воде, рот на уровне воды;
- человек наклоняет назад голову, открывает рот;
- глаза как будто стеклянные и пустые,



*закрытые глаза;*

*- волосы на лбу или на глазах;*

*- держится в воде вертикально; не пользуется ногами;*

*- дышит часто и поверхностно, либо хватая ртом воздух;*

*- пытается перевернуться на спину;*

*- пытается выбраться из воды как по лестнице, но все движения почти всё время совершаются под водой;*

*- не отвечает на вопрос, имеет бессмысленный взгляд;*

*- наступает тишина во время шумной игры детей на воде.*



***Помните! Если ребенок ушел под воду, следует немедленно провести комплекс реанимационных мероприятий — искусственное дыхание и закрытый массаж сердца.***

***Родители и работники оздоровительных учреждений должны знать об опасных моментах!***

***«Вторичное утопление»*** характерно для детей, у которых бронхи не могут быстро избавиться от остатков воды посредством кашля. Оно случается, когда человек тонет в водоеме (или в бассейне), его успевают вытащить, он откашливается, и вроде бы как дышат нормально. Он может даже спокойно о чем-то рассказывать и вести себя как обычно. После того, как ребенок тонул, может пройти до трех дней без явных симптомов каких-либо проблем со здоровьем. Но тем временем эти проблемы нарастают. Появляется сильная усталость. Ребенок засыпает, вместе с тем постепенно развивается отек легких. В результате ребенок задыхается во сне.

***Если ребенок тонул, даже если «недолго» пробыл под водой, и он на первый взгляд вполне нормально себя чувствует, срочно обращайтесь за медицинской помощью!***

***«Сухое» утопление*** происходит, когда организм и мозг «чувствуют», что сейчас придется «вдыхать» воду. В этот момент происходит спазм дыхательных путей. В легкие не входит ни вода, ни воздух, в результате человек остается без кислорода и задыхается.

***Сильная усталость и желание ребенка спать – повод для немедленного обращения за медицинской помощью!***

***Обязательно обращение к врачу, если у ребенка возникло затрудненное и учащенное дыхание, посинение губ, кашель, рассеянность, сильная слабость!***