

Уважаемые родители!



Летние каникулы должны быть наполнены для наших детей счастьем, пользой и здоровьем.

И это общая задача – сделать их еще и безопасными!

Особое внимание просим уделить безопасности у воды и во время отдыха на водоемах.

Наибольшую опасность для детей в летний период представляет утопление, которое является ведущей причиной смерти от непреднамеренных травм у детей.

Маленькие дети могут утонуть даже в 2 см воды в ванне, старшие дети тонут в местах отдыха при плавании в реках и каналах, прудах, плавательных бассейнах.

Самое страшное, что 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.

Запомните и научитесь видеть 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, то на берегу следует немедленно провести комплекс реанимационных мероприятий - искусственное дыхание и закрытый массаж сердца.

«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 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 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!

Будьте бдительны! Обеспечьте постоянное наблюдение за детьми!

- Учите детей плавать как можно раньше. Ни на мгновение не теряйте детей из виду, когда вы рядом с водой или в бассейне.

- Не позволяйте детям плавать в одиночку и на расстоянии далее вытянутой руки.

- Надевайте на ребенка индивидуальное спасательное средство на пляже, озере, в лодке, рядом с мелким водоемом или бассейном до тех пор, пока не убедитесь, что ребенок научился хорошо плавать. Держите его под постоянным контролем!

- Не разрешайте ребенку прыгать в воду, если глубина водоема меньше полутора метров, а также в отсутствие взрослого человека.

- Не подпускайте детей к прудам и другим водоемам во время грозы.

- Обучайте детей элементам само- и взаимопомощи для предупреждения утопления.
- Следует знать: родники и водные резервуары должны иметь прочное ограждение.
- Не оставляйте ни на мгновение ребенка одного в ванной - ребенок может утонуть даже в малом количестве воды.
- Домашний бассейн должен быть обнесен оградой со всех сторон. Ограда должна быть не менее двух с половиной метров в высоту с замком на воротах. Ворота должны автоматически закрываться, а замок — автоматически защелкиваться, расстояние между планками ворот не должно превышать 12 см.

Соблюдайте правила купания!

- купание должно происходить только в разрешенных местах, на благоустроенных пляжах;
- не купайтесь у крутых обрывистых берегов с сильным течением, в заболоченных и заросших растительностью местах;
- категорически запрещается купание в состоянии алкогольного опьянения;
- температура воды должна быть не ниже 19 градусов, находиться в ней рекомендуется не более 20 мин., причем время пребывания в воде должно увеличиваться постепенно на 3-5 мин.;
- лучше купаться несколько раз по 15-20 минут, так как при охлаждении могут возникнуть судороги, произойти остановка дыхания и потеря сознания;
- не следует входить или прыгать в воду после длительного пребывания на солнце, так как при охлаждении в воде наступает сокращение мышц, приводящее к остановке сердца;
- не разрешается нырять с мостов, причалов, пристаней, подплывать к близко проходящим лодкам, катерам, судам;
- нельзя отплывать далеко от берега на надувных матрацах и кругах, если вы не умеете плавать;
- находясь на лодках, опасно пересаживаться, садиться на борта, перегружать лодку сверх установленной нормы, кататься возле шлюзов, плотин и посреди фарватера реки;
- важно знать, что ограничительные знаки на воде указывают на конец акватории с проверенным дном.

Помните! Безопасность детей – забота взрослых!