



## УГОЧС Александровского района ИНФОРМИРУЕТ

### **ПАМЯТКА НАСЕЛЕНИЮ «БЕЗОПАСНОСТЬ НА ВОДЕ»**

С наступлением долгожданного лета сотни жителей устремляются поближе к воде. Свежий воздух, солнце, купание не только доставляют удовольствие, но и служат хорошим средством закаливания организма. Вместе с этим вода регулярно уносит человеческие жизни. Как свидетельствует статистика, большинство жертв находится в состоянии алкогольного опьянения.

#### **Соблюдайте основные правила купания:**

- 1) купайтесь в специально отведенных для этого местах, желательно оборудованных средствами спасения утопающих и находящихся под наблюдением спасателей;
- 2) купаться следует в солнечную безветренную погоду при температуре воздуха – 20-23 градуса тепла, воды – 17-19 градусов;
- 3) не ныряйте в воду в незнакомых местах, а также с лодок, причалов, набережных мостов;
- 4) не употребляйте алкогольные напитки во время купания, даже небольшое содержание алкоголя в крови купающегося человека может привести к трагедии.

#### **Если вы увидели тонущего человека, или услышали крики о помощи:**

- 1) привлеките внимание окружающих и спасателей громким криком «Человек тонет»
- 2) кидайте спасательный круг, резиновую камеру или надувной матрас в воду по возможности ближе к утопающему;
- 3) если человек находится в воде вертикально или лежит на животе, подплывите к нему сзади и за волосы (либо просунув руку под подбородок) приподнимите ему голову, перевернув на спину, чтобы лицо находилось над водой;
- 4) если человек лежит на спине, подплывайте со стороны головы;
- 5) не давайте утопающему схватить вас за руку или за шею – поднырните под него и слегка ударьте снизу по подбородку, развернув спиной к себе;
- 6) при погружении человека на дно оглянитесь вокруг, запомните ориентиры на берегу, чтобы течение не отнесло вас от места погружения, затем начинайте под водой искать утонувшего;
- 7) при обнаружении тела возьмите его за волосы и, резко оттолкнувшись от дна, всплывайте на поверхность;
- 8) если утонувший не дышит, прямо в воде сделайте ему несколько вдохов «из-за рта в рот» и, подхватив его одной рукой за подбородок, плывите к берегу.

#### **Оказание первой медицинской помощи:**

- 1) положите пострадавшего животом на согнутое колено;

- 2) проведите очистку от слизи, слюны носовой полости и носоглотки;
- 3) путем сдавливания грудной клетки удалите воду, попавшую в дыхательные пути;
- 4) после этого пострадавшего уложите на спину и при отсутствии дыхания или сердечной деятельности проведите искусственное дыхание и непрямой массаж сердца.

### **Телефоны для экстренного реагирования:**

Единая дежурно-диспетчерская служба -	<b>2-34-12, 2-26-53</b>
Телефон службы спасения -	<b>112</b> , (с мобильного телефона)
Скорая помощь –	<b>03, 103</b> (с моб. тел.).
Газовая служба -	<b>04,104</b> (с моб. тел.)

МКУ «Управление по делам ГО и ЧС  
Александровского района»