



## ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ НА ВАШИХ ГЛАЗАХ ТОНЕТ ЧЕЛОВЕК?

Прежде всего дать себе секунду на размышление. Нет ли рядом спасательных средств? Ими может быть все, что увеличит плавучесть человека и что вы в состоянии до него добросить (спасательный круг, лодка, плавучее бревно и т. д.).

Ободрив криком потерпевшего, идете на помощь. Если вы добрались до тонущего вплавь, надо максимально учитывать течение воды, ветер, расстояние до берега и т.д. Приближаясь, старайтесь успокоить и ободрить выбившего из сил пловца. Если это удалось, и он может контролировать свои действия, пловец должен держаться за плечи спасателя. Если нет – обращаться с ним надо жестко и бесцеремонно, чтобы спасти его и сохранить свою жизнь.

Коротко техника безопасности выглядит так: подплыв к утопающему, надо поднырнуть под него и, взяв сзади одним из приемов захвата (классически – за волосы), транспортировать к берегу. В случае если утопающему удалось схватить вас за руку, шею или ноги, освобождайтесь и немедленно ныряйте – инстинкт самосохранения заставит потерпевшего вас отпустить.

Если человек уже погрузился в воду, не бросайте попыток найти его на глубине, а затем вернуть к жизни. Это можно сделать, если утонувший был в воде около 6 минут

Вытащив на берег, очистите нос и рот потерпевшего от тины и песка (пальцами, повернув голову на бок). Затем положите пострадавшего животом на свое колено (голову свесить лицом вниз) и, сильно нажав, выплесните воду из желудка и дыхательных путей. Все это надо делать быстро и также быстро уложить пострадавшего на спину, расстегнуть ему пояс и верхние пуговицы и начать искусственное дыхание (рот в рот).

Если у потерпевшего не бьется сердце, искусственное дыхание надо сочетать с прямым массажем сердца. Хорошо, если помощь оказывают двое. Тогда один делает искусственное дыхание, другой затем массаж сердца. Не останавливайте меры по реанимации до прибытия «скорой помощи», благодаря вашим действиям организм еще может жить.

**Даже если у вас нет никакой подготовки – действуйте! Надо использовать любой шанс.**

**Помните: находясь у воды, никогда не забывайте о собственной безопасности и безопасности Ваших детей. Будьте готовы оказать помощь попавшим в беду.**