

Трагедии на воде не прекращаются

Всем известно, что лучший отдых в жаркий летний день - у воды. Это плавание, рыбалка, катание на лодках и катамаранах.

Но, к сожалению, вода при пренебрежительном отношении к личной безопасности при отдыхе, может не только доставлять удовольствие, но и привести к трагическим последствиям.

С наступлением купального сезона резко возрастает приток отдыхающих к воде и увеличивается количество несчастных случаев.

Не смотря на то, что в текущем году в Республике Марий Эл оборудовано 13 муниципальных пляжей и 133 места отдыха людей у воды, случаи гибели людей на воде не прекращаются.

Так, за последние две недели текущего года на воде погибло 12 человек, в том числе уже в июле - 4 человека (в Звениговском районе - 2 человека, Медведевском районе - 1 человек, Сернурском районе - 1 человек).

В мае-июне на водных объектах Новоторьяльского и Горномарийского районов погибло двое детей.

Больше всего людей в летних месяцах текущего года погибло на водных объектах, расположенных на территориях:

Звениговского района - 3 чел.;

Оршанского района - 2 чел.;

Медведевского района - 2 чел.

По одному человеку погибло на водоемах, расположенных на территориях г. Йошкар-Олы, Горномарийского, Волжского и Мари-Турекского районов.

Основные причины гибели:

взрослых - купание в состоянии алкогольного опьянения и купание в необорудованных местах при нырянии;

детей - неумение их плавать и бесконтрольность со стороны взрослых за отдыхом детей на воде при купании в необорудованных местах.

Люди, употребляющие спиртные напитки в жару и решившие искупаться - в зоне максимального риска. Из 12 погибших на воде, 6 человек находились в состоянии алкогольного опьянения. Если температура воздуха сейчас превышает 30 градусов, то в воде она не превышает 20 - 23 градусов. Резкий перепад температур в состоянии алкогольного опьянения приводит к спазму сосудов, потере сознания или остановке сердца.

Уважаемые жители и гости Республики Марий Эл.

Помните о том, что отдых у воды с распитием спиртных напитков и купание в состоянии алкогольного опьянения приводит к гибели человека и трагедии в семье.

Не оставляйте детей без присмотра, купание детей проводите только под контролем взрослых, не допускайте баловства на воде.

Чтобы не произошло трагедии с вами и вашими близкими при отдыхе у воды необходимо знать и соблюдать основные правила безопасного поведения на водоемах.

1. Купайтесь только в специально отведенных местах, на оборудованных пляжах, где в случае беды вам помогут спасатели. В непроверенном водоеме могут быть водовороты, глубокие ямы, густые водоросли, холодные ключи, коряги, сильное течение, захламленное дно, что может привести к травме, а ныряние - к гибели.

2. Не купайтесь в состоянии алкогольного опьянения. Это основная причина гибели людей на воде.

3. Не подплывайте к близко идущим (стоящим на якоре, у причалов) судам, катерам, лодкам, плотам, не ныряйте под них: вас может затянуть под днище, винты, ударить бортом, захлестнуть волной.

4. Соблюдайте правила пользования лодками и другими плавательными средствами: не перегружайте их, не раскачивайте, не прыгайте с них в воду. Залезть в лодку надо со стороны носа или кормы, чтобы не опрокинуть ее. Помните, что кто-то из находящихся в лодке может не уметь плавать.

5. Не пользуйтесь надувными матрацами, камерами, досками, если не умеете плавать. Даже слабый ветер способен унести их далеко от берега.

6. Если не умеешь плавать, заходи в воду только по пояс.

7. Не заплывайте за буйки и другие ограждения, установленные в местах для купания. Они предупреждают: дальний заплыв - это переохлаждение, мышечное переутомление, судороги, гибель.

8. Не допускайте шалостей на воде, связанных с нырянием и захватом купающихся, не балуйте на воде, не пугайте других.

9. Не подавайте ложных сигналов бедствия.

10. Не купайтесь в одиночку в вечернее и ночное время суток. В темноте вы можете потерять ориентацию и заплыть слишком далеко от берега, вас могут не заметить с идущего судна, ночью простой испуг превращается в панический страх - первую причину утопления.

Одной из опасностей для жизни человека, находящегося в воде, является переохлаждение организма, в результате чего в нем начинаются необратимые процессы, и человек погибает даже на мелководье. Купаться рекомендуется при температуре воды не ниже +18 С, а воздуха +20 С. Купаться можно не более 3-5 раз подряд по 10-15 минут.

Не рекомендуется купаться раньше, чем через 1,5-2 часа после еды.

ЕСЛИ:

1) В воде случились судороги: свело руки или ноги. Не теряйтесь, старайтесь удержаться на поверхности воды, пlying на спине. Энергично разотрите сведенную мышцу. Если на берегу есть люди, не стесняйтесь позвать их на помощь.

2). Случайно хлебнули воды. Остановитесь, приподнимите голову над водой и откашляйтесь. Энергичные движения руками и ногами помогут держаться вертикально в воде, а потом приплыть к берегу.

3). Попав в водоворот, наберите побольше воздуха в легкие. Погрузитесь в воду и сделайте сильный рывок в сторону по течению, всплывайте на поверхность.

4). Запутавшись в водорослях, не делайте резких движений и рывков. Лягте на спину, и постарайтесь мягкими, спокойными движениями выплыть в ту сторону, откуда приплыли. Если это не поможет, нужно подтянуть ноги к животу и осторожно освободиться от водорослей руками.

5). Попав в сильное течение, не теряйтесь, не плывите против потока. Плывайте по течению, постепенно смещаясь к берегу.

Главное при самоспасании - не впасть в панику, владеть собой, спокойно предпринимать необходимые меры для выхода из создавшегося положения.

Если поблизости нет спасательной станции и некому прийти на помощь, кроме вас, прежде всего оцените свои возможности и, если вы уверены в своих силах:

1). Посмотрите, нет ли рядом спасательного круга или другого предмета, способного увеличить плавучесть человека (палки, доски), бросьте его на максимальное расстояние в сторону тонущего. Подплывите к нему (но не вплотную), постарайтесь успокоить и одобрить. Выясните, контролирует ли он свои действия, если тонущий не потерял самообладание, то помогите ему держаться на воде и добраться до берега, при этом он может держаться за ваши плечи.

2). Если человек потерял самообладание, то действовать надо осторожно, чтобы он не увлек вас за собой под воду. Подплыв, надо нырнуть под него и, взяв за ноги, вытолкнуть вверх, одновременно разворачивая его к себе спиной. Оказавшись сзади, захватите своей рукой обе руки тонущего под локти, приподнимите и разверните его лицом вверх над поверхностью воды, чтобы он мог дышать. Ваша вторая рука при этом остается свободной, и вы можете плыть и транспортировать тонущего к берегу.

3). Если человек уже погрузился под воду, не оставляйте попыток найти его на глубине, а затем вернуть к жизни. Это можно сделать, если утонувший находился в воде не более 6 минут. Подняв потерпевшего из воды и доставив его на берег, попросите находящихся поблизости людей вызвать «скорую помощь» по тел. 112 и немедленно начинайте его реанимировать.

Берегите себя и своих близких не нарушайте правила поведения на воде.
