Соблюдайте правила безопасности на воде!

Правила безопасности при купании в открытых водоемах:

- купаться лучше утром или вечером, когда солнце греет, но еще нет опасности перегрева. Находясь на солнце, применяйте меры предосторожности от перегрева и теплового удара;

- при температуре воды от +17 до +19 °С и температуре воздуха около 25 °С, в воде можно находиться не более 15 – 20 минут. Если температура воды менее +16 °С, то купаться вообще не рекомендуется, так как от холода могут начаться судороги или может произойти потеря сознания;

- избегайте переохлаждения, которое опасно не только риском получить простудное заболевание, но и вероятностью появления судорог, которые являются большим врагом пловца. Если вы почувствовали что замерзли или что мышцы хватают судороги, немедленно выйдите из воды, вытритесь и согрейтесь на солнце или оденьте одежду;

- не следует входить или прыгать в воду после длительного пребывания на солнце, т.к. при охлаждении в воде наступает сокращение мышц, что может привести к остановке сердца. Предварительно надо сполоснуться водой;

- купаться можно часа через полтора после еды;

- всегда разъясняйте детям правила поведения на воде и не подавайте им дурной пример;

-для плавания используйте лишь круги и жилеты, предназначенные для применения в открытых водоемах, у них должны быть толще стенки и, желательно, несколько автономных камер, чтобы ребенок не утонул при проколе одной из них;

- опасно плавать на надувных матрацах, игрушках или автомобильных шинах, т.к. ветром или течением их может отнести от берега, из них может выйти воздух, и человек, не умеющий плавать, может пострадать;

- всегда будьте возле ребенка, который в воде. Не отводите от него взгляда. Дошкольник может за секунду уйти под воду и захлебнуться;

- старайтесь не брать дошкольников кататься на лодках, водных велосипедах и других

© 2024 Следственное управление Следственного комитета Российской Федерации по Омской области

плавательных средствах, это может быть опасно. Но даже если и берете малыша, всегда надевайте на него еще на берегу спасательный жилет;

- плавайте в специально отведенных местах с чистым проверенным дном, где есть спасатель и медицинский пункт;

-следует помнить, что ограничительные знаки на воде указывают на конец акватории с проверенным дном. Пренебрежение этими правилами может привести к получению травмы или гибели;

-на природе за городом место для купания нужно выбирать там, где чистая вода, ровное дно, нет сильного течения. Предварительно проверьте самостоятельно дно, оно должно быть не топким и без острых предметов. Никогда не оставляйте детей одних возле воды и в воде;

- не купайтесь в загрязнённых водоёмах;

- следите за играми детей даже на мелководье;

- учиться плавать дети могут только под контролем взрослых;

- не допускайте грубых игр на воде: нельзя подныривать под плывущего человека, «топить» его, подавать ложные сигналы о помощи;

- не разрешайте детям нырять с мостов, причалов, подплывать к лодкам, катерам и судам;

- никогда не позволяйте детям нырять в надувные бассейны;

- если во время отдыха или купания Вы увидели, что человек тонет, и ему требуется Ваша помощь, помогите ему, используя спасательный круг!

Последовательность действий при спасении тонущего:
-вызвать экстренные службы спасения ("скорую", МЧС и др.)
- войти в воду;
- подплыть к тонущему ;
- при необходимости освободиться от захвата;
- транспортировать пострадавшего к берегу, держа его голову над водой;
- оказать доврачебную медицинскую помощь и отправить его в медпункт (больницу).

Помните, что жизнь и безопасность детей зависит, прежде всего, от нас, взрослых. Большинство несчастных случаев происходит именно в тот момент, когда взрослые на «секунду» отвлеклись!

© 2024 Следственное управление Следственного комитета Российской Федерации по Омской области

10 Июля 2018

Адрес страницы: https://omsk.sledcom.ru/news/item/1239615

© 2024 Следственное управление Следственного комитета Российской Федерации по Омской области