

ВОДА НЕ ПРОЩАЕТ ШАЛОСТЕЙ

Основными причинами гибели на воде являются: неумение плавать, употребление спиртного, оставление детей без присмотра, нарушение правил безопасности. Если взрослые гибнут в основном по собственной халатности, то гибель детей, как правило, на совести их родителей.

Несчастные случаи происходят не только по причине нарушения правил поведения на воде, но и из-за купания в необорудованных водоемах, аварий плавательных средств. В последнее время большую популярность приобрел подводный спорт (дайвинг) и ныряние в маске. Купив дыхательную трубку, маску и ласты, некоторые люди считают, что они готовы осваивать подводную стихию. Однако неумение обращаться со снаряжением нередко заканчивается гибелью.

Способствуют гибели на воде переутомление, перегревание, переохлаждение, алкогольное опьянение и другие сопутствующие причины.

Отдыхая на воде, необходимо соблюдать **правила поведения и меры безопасности:**

- купание не должно проходить на необорудованных местах;
- нельзя оставлять детей без присмотра старших или родителей;
- температура воды должна быть не ниже 17-19 °С, находится в воде рекомендуется не более 20 мин., причем время пребывания в воде должно увеличиваться постепенно на 3-5 мин.;
- лучше купаться несколько раз по 15-20 мин. - 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;
- нельзя входить в воду в состоянии алкогольного опьянения, так как спиртное блокирует сосудосуживающий и сосудорасширяющий центр головного мозга;
- не разрешается нырять с мостов, причалов, пристаней, подплывать к близко проходящим лодкам, катерам, судам;
- следует знать, что ограничительные знаки на воде указывают на конец акватории с проверенным дном.

Пренебрежение этими правилами может привести к получению травмы или гибели.

Когда вы находитесь на берегу или в воде, вам необходимо обращать пристальное внимание на следующие признаки, свидетельствующие о том, что человек тонет:

- Голова жертвы погружена в воду, а рот находится у самой ее поверхности;
- Голова откинута назад, рот открыт;
- Стеклянные, пустые глаза не фокусируются;
- Глаза жертвы закрыты;
- Волосы закрывают лоб или глаза;
- Жертва держится в воде в вертикальном положении, не совершая движений ногами;
- Жертва дышит часто и поверхностно, захватывает ртом воздух;
- Пытается плыть в определенном направлении, но безуспешно;
- Пытается перевернуться на спину;
- Может показаться, что жертва карабкается по веревочной лестнице.