

Автор: И.Мороз - врач специализированной бригады ССМП УЗ "Речицкая ЦРБ"



Наступили жаркие денечки. Отдыхающие, большинство из которых отпускники и школьники, начали искать прохладу в близлежащих водоемах. Но, к сожалению, вода может принести нам не только спасение от жары, но и беду. Так, в 2011 году в водоемах Беларуси уже утонуло более 100 человек. Незнание правил поведения на воде, игры детей без присмотра взрослых, употребление взрослыми «для поднятия тонуса» горячительных напитков – все это может стать причиной трагедии. Только на центральном пляже р. Днепр имеется спасательная станция ОСВОДа, в остальных местах во многих случаях спасение утопающих – дело рук самих утопающих. **Для [сведения](#).**

При извлечении утопающего из воды необходимо быть осторожным. Подплыть к нему следует сзади. Схватив за волосы или подмышки, нужно перевернуть утопающего вверх лицом и плыть к берегу, не давая захватывать себя.. Оказание первой помощи должно начаться сразу же после извлечения из воды.

Знание приемов первичной реанимации поможет спасти ему жизнь. Прежде всего надо уяснить, что утопление бывает истинным и ложным. Истинное утопление или «синее» (лицо и шея сине-серого цвета) – это когда вода попадает в нижние отделы дыхательных путей, иногда говорят - человек захлебнулся, а ложное или бледное – при попадании воды в горло, вследствие чего происходит рефлексорный спазм голосовой щели. Каждому это знакомо по выражению – не в то горло пошло. Вода при этом в дыхательные пути не попадает, человек теряет сознание от нехватки воздуха. Тонущего надо как можно быстрее доставить на берег. Не теряйте времени для удаления воды из легких – вода в легких практически вся всасывается в кровоток. Откройте ему рот, если есть там ил, водоросли или другие инородные предметы, удалите все пальцем, уложите его на землю, запрокиньте пострадавшему голову, выдвиньте нижнюю челюсть и сразу приступайте к искусственному дыханию «рот в рот» или «рот в нос» с частотой 20 вдохов в минуту. Если не прослушивается сердцебиение, то делайте и непрямой массаж сердца (сложите две ладони крест-накрест и выпрямленными руками нажимайте на грудную клетку в районе окончания грудины с частотой до 100 качков в минуту на глубину до 4 см). Показателем правильной искусственной вентиляции будет равномерное раздувание грудной клетки, а не вздутие живота. При появлении признаков жизни – появлении собственного дыхания – уложите пострадавшего на бок,

так как человек наглотался воды, возможно будет рвота.

Во всех случаях после восстановления дыхания и сердцебиения пострадавшему необходимо вызвать бригаду скорой медицинской помощи по телефону 103. И помните, что пребывание на воде не только полезно, но и опасно. Беду легче предупредить. А для этого не оставляйте детей без присмотра, не входите в воду, употребив горячительные напитки, не ныряйте в непроверенных местах.