

Меры безопасности на водоемах в осенний период

Группа патрульной службы № 3 Центра ГИМС МЧС России по Камчатскому краю обращается ко всем родителям и учащимся школ Мильковского района: будьте предельно осторожны при выходе на водоемы в осенний период. Среднесуточная температура не поднимается выше 5 градусов, в связи с чем очень велик риск переохлаждения в случае попадания в воду.

В воде охлаждение организма протекает намного интенсивнее, чем на воздухе. При температуре до +10 °С, нетренированный человек без защитной одежды может погибнуть через 30—60 минут. Охлаждение организма усиливается с понижением температуры и при быстром течении.

Кроме переохлаждения причинами несчастных случаев могут быть:

- чрезмерные мышечные усилия, психологическая неподготовленность;
- неожиданная опасность (глубокое место, водоворот, сильная струя течения, волна и т. д.);
- неудовлетворительное состояние организма, вызванное переутомлением или заболеванием (порок сердца, эпилепсия и др.), а также алкогольным опьянением;
- удар о твердый или режущий предмет.

Переохлаждение

Не рекомендуется заниматься плаванием в открытых водоемах, при температуре воды ниже +15 °С, так как возможна внезапная потеря сознания и смерть от холодового шока. Развитию шока нередко способствует перегревание организма перед плаванием и неожиданно быстрое погружение в холодную воду.

Холодовой шок

Холодная вода выступает как сильный раздражитель нервной системы. Интенсивно потеря тепла порождает специфический шок, который приводит к нарушению деятельности сердечнососудистой системы.

Развитию шока способствуют:

- перегревание и состояние озноба;
- эмоциональное потрясение;
- быстрое погружение в холодную воду без постепенного привыкания;
- переполненный желудок и кишечник.

При переохлаждении пловцу необходимо как можно быстрее выйти из воды. Холодная вода, попадая в наружный слуховой проход, вызывает раздражение вестибулярного аппарата, которое может привести к тошноте, бледности покрова, головокружению и потере ориентации.

Целесообразно после выхода из воды проделать интенсивные физические упражнения, растереть тело до покраснения шерстяной тканью, смоченной спиртом, выпить горячего сладкого чая и укутаться в теплую одежду. В первую очередь при оказании помощи необходимо согреть голову, особенно шею и затылочную область. В случае холодового шока проводится искусственное дыхание, предупреждающее состояние кислородного голодания.

Оказание первой помощи

Первую помощь пострадавшему начинают сразу после того, как лицо утонувшего приподнято над водой, и продолжают во время буксировки к маломерному судну или на берег.

После доставки пострадавшего на берег необходимо оценить его состояние.

Если пострадавший находится в сознании, его следует насухо вытереть, проводить в теплое помещение, напоив горячим чаем, кофе, вином.

Если пострадавший извлечен после некоторого пребывания под водой и находится без сознания, в состоянии удушья (асфиксии) или так называемой клинической смерти, нужно вызвать врача.

Не теряя времени, до приезда врача, следует немедленно приступить к оказанию первой помощи: пострадавшего раздеть, очистить ему рот и нос от ила, песка и между челюстями в угол рта вложить мягкий клин (кусок дерева, туго свернутый платок и т. п.), срочно приступить к искусственной вентиляции легких.

Следует всегда помнить, что помощь нужно оказывать как можно скорее, непрерывно и последовательно.

Извлеченные из воды потерпевшие быстро теряют тепло, что приводит к значительному понижению температуры тела, поэтому пострадавшего нельзя укладывать на холодную землю. Его надо поместить на доску или деревянный щит, снять с него мокрую одежду, насухо протереть кожу и завернуть в сухую простыню или одеяло.

Продолжая растирание, можно использовать раздражающие вещества (уксус, нашатырный или камфорный спирт).

Нельзя согревать пострадавшего грелкой или теплыми бутылками, чтобы не привести к нежелательному перераспределению крови в организме.