8 класс 07.04.2020

Тема: Первая помощь утопающему.

 В человеческой жизни бывают такие моменты, когда случаются несчастные случаи на улице, на работе, во время купания с близкими вам людьми. Вы можете оказаться рядом и ничего не сможете предпринять при этом. Почему? Да просто потому, что вы не знаете что делать, как поступить в той или иной ситуации. А время, отведенное для сохранения жизни пострадавшего, неумолимо уменьшается. Чтобы он не потерял этот последний шанс в таких экстренных ситуациях, мы должны знать об оказании первой помощи при несчастных случаях.

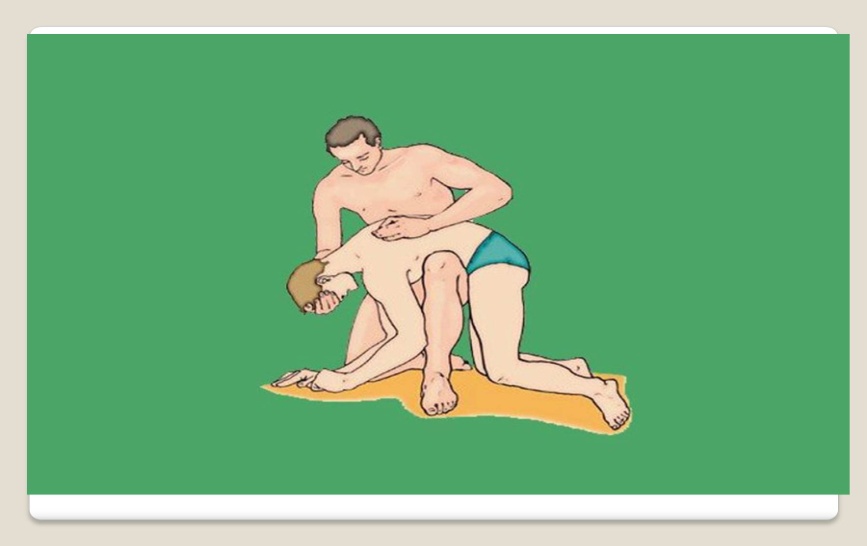
***Во избежание несчастных случаев на воде запрещается:***

1. Прыгать с обрывов и случайных вышек.
2. Заплывать за буйки и знаки ограждения мест купания.
3. Устраивать в воде опасные игры.
4. Долго купаться в холодной воде.
5. Далеко отплывать от берега на надувных матрацах и кругах, если вы не умеете хорошо плавать.
6. Резко входить в воду или нырять после длительного пребывания на солнце, сразу после приема пищи, в состоянии утомления.
7. Купаться в темное время суток.
8. Купаться в состоянии алкогольного опьянения.

**Не купайся в неизвестном месте!**

**Первая помощь утопающему на берегу:**

1. Уложить пострадавшего животом на свое бедро так, чтобы его голова свисала вниз, энергично нажимая на грудь и спину, вода вытечет.



2. Положи пострадавшего на спину и быстро очисти ему рот от ила и песка (30 – 40 секунд).

3. Если тонувший не дышит, немедленно начинай выполнять искусственное дыхание методом "изо рта в рот":

- запрокинь его голову

- зажми нос пострадавшего двумя пальцами,

- сделай глубокий вдох,

- плотно прижми свой рот к его открытому рту, вдувай воздух. Можно использовать носовой платок или бинт.



- Вдувать воздух следует резко и до тех пор, пока грудная клетка пострадавшего не расправится, то есть станет заметно подниматься.

- Сделай подряд 3 вдувания.

4. Когда пострадавший начнёт дышать:

- переверни его на грудь, голову поверни набок,

- разотри пострадавшего, чтобы согреть его;

- укрой его чем-нибудь тёплым, вызови скорую помощь.



Телефон скорой медицинской помощи 03