

## Памятка МЧС о безопасности на воде

Помните, что **основными причинами гибели людей** на воде является грубое нарушение правил безопасности, купание в неустановленных местах, а также купание в нетрезвом состоянии. Умение хорошо плавать не всегда является залогом безопасности. Удивительно, но по статистике чаще гибнут, в основном, хорошие пловцы. Виной тому излишняя самонадеянность, которая особенно усиливается после принятия спиртного. Одной из главных причин потопления является судорога. Эту реакцию организма вызывает резкий перепад температур, поэтому особенно небезопасно купаться в жару либо после физических нагрузок. **Никогда не купайтесь в одиночку!** Рядом с вами всегда должен быть кто-нибудь, чтобы в случае необходимости оказать помощь.

### ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ НА ВАШИХ ГЛАЗАХ ТОНЕТ ЧЕЛОВЕК?

1. Помните: **подплывать к утопающему опасно** – человек в панике может потянуть вас вслед за собой.
2. **Не позволяйте хвататься** за вас, транспортировать пострадавшего надо так, чтобы его дыхательные пути находились над поверхностью воды.
3. Если доставленный на берег находится в бессознательном состоянии, необходимо **освободить его дыхательные пути от воды**. Для этого переклоните его через колено, положив на живот головой вниз. Затем потряхните несколько раз. Ребенка или подростка можно взять за ноги и потрусить головой вниз. Если состояние не улучшилось, необходимо провести искусственную вентиляцию легких и непрямой массаж сердца.
4. Особенно **внимательно следите за детьми**, ведь известны случаи, когда малыши захлебывались водой даже на мели. Находясь на пляже, не забывайте о безопасности! Даже если пляж оборудован спасательным постом, не стоит испытывать судьбу!

### ПАМЯТКА КУПАЮЩИМСЯ

Чтобы избежать беды, необходимо строго соблюдать **ряд простых правил** поведения на воде:

- купаться можно только **в разрешенных местах**, а детям только **в присутствии взрослых**;
- **нельзя нырять в незнакомых местах** – на дне могут оказаться притопленные бревна, камни, коряги, металлические прутья и т.д.;
- **не следует купаться в заболоченных местах** и там, где есть водоросли или тина;
- **нельзя заплывать далеко от берега**, это опасно даже для умеющих хорошо плавать;
- **нельзя цепляться за лодки**, залезать на знаки навигационного оборудования: бакены, буйки и т.д.;
- **нельзя подплывать к проходящим судам**, заплывать за буйки и выплывать на фарватер;
- **нельзя купаться в штормовую погоду** или в местах сильного прибоя;
- если Вы оказались в воде на сильном течении, **не пытайтесь плыть навстречу течению**. Нужно плыть по течению, но так, чтобы постепенно приближаться к берегу;
- если **попали в водоворот**, не пугайтесь, наберите побольше воздуха, нырните и постарайтесь резко свернуть в сторону от него;
- если **свело судорогой мышцы**, ложитесь на спину и плывите к берегу, постарайтесь при этом растереть сведенные мышцы.

### ЕСЛИ ТОНЕТ ЧЕЛОВЕК:

- **бросьте** тонущему человеку **плавающий предмет**, ободрите его, позовите помощь;
- добираясь до пострадавшего вплавь, учтите течение реки. Если тонущий не контролирует свои действия, подплывите к нему сзади и, захватив за голову, под руку, за волосы, буксируйте к берегу;
- на берегу необходимо **оказать доврачебную помощь**, ликвидировать кислородную недостаточность, применять реанимационные меры. **ПОМНИТЕ!** Обязательное соблюдение всех правил поведения на воде – залог сохранения здоровья и спасения жизни многих людей!

## **ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ**

- когда купаетесь, **поблизости должны быть люди**;
  - **нельзя употреблять спиртные напитки**, находясь вблизи воды;
  - **не заходите на глубокое место**, если не умеете плавать или плаваете плохо;
  - **не ныряйте в незнакомых местах**;
  - **не заплывайте за буйки**;
  - **нельзя выплывать на судовой ход** и приближаться к судну;
  - **не устраивайте в воде игр**, связанных с захватами;
  - **нельзя плавать на надувных матрасах и камерах** (если плохо плаваете);
  - **не пытайтесь плавать на бревнах, досках, самодельных плотках**;
  - если Вы решили покататься **на лодке**, выучите основные **правила безопасного поведения** в этом случае;
  - необходимо **уметь правильно управлять своими возможностями**. И еще: Умение хорошо плавать – одна из важнейших гарантий безопасного отдыха на воде, но помните, что даже хороший пловец должен соблюдать постоянную осторожность, дисциплину и строго придерживаться правил поведения на воде;
  - лучше всего купаться **в специально оборудованных местах**: пляжах, бассейнах, купальнях; обязательно предварительно пройти медицинское освидетельствование и ознакомится с правилами внутреннего распорядка мест для купания. В походах место для купания нужно выбирать там, где чистая вода, ровное песчаное или гравийное дно, небольшая глубина (до 2м), нет сильного течения (до 0,5 м/с);
  - начинать купаться **рекомендуется в солнечную безветренную погоду при температуре воды 17-19 градусов, воздуха 20-25 градусов**. В воде следует **находиться 10-15 минут**, перед заплывом необходимо предварительно обтереть тело водой. При переохлаждении тела в воде могут появиться судороги, которые сводят руку, а чаще ногу или обе ноги. **При судорогах** надо немедленно выйти из воды.
- Если нет этой возможности, то необходимо действовать следующим образом:
- 1.Изменить стиль плавания – плыть на спине.
  - 2.При ощущении стягивания пальцев руки, надо быстро, с силой сжать кисть руки в кулак, сделать резкое отбрасывающее движение рукой в наружную сторону, разжать кулак.
  - 3.При судороге икроножной мышцы необходимо при сгибании двумя рукам и обхватить стопу пострадавшей ноги и с силой подтянуть стопу к себе.
  - 4.При судорогах мышц бедра необходимо обхватить рукой ногу с наружной стороны ниже голени у лодыжки (за подъем) и, согнув ее в колени, потянуть рукой с силой назад к спине.
  - 5.По возможности произвести укалывание любым острым подручным предметом (булавкой, иголкой и т.п.)
  - 6.Уставший пловец должен помнить, что лучшим способом для отдыха на воде является положение «лежа на спине».
- Чтобы **избавиться от воды**, попавшей в **дыхательные пути и мешающей дышать**, нужно немедленно остановиться, энергичными движениями рук и ног удерживаться на поверхности воды и, поднять голову возможно выше, сильно откашляться.

- Чтобы **избежать захлебывания в воде**, пловец должен соблюдать **правильный ритм дыхания**. Плавая в волнах, нужно внимательно следить за тем, чтобы делать вдох, когда находишься между гребнями волн. Плавая против волн, следует спокойно подниматься на волну и скатываться с нее. Если идет волна с гребнем, то лучше всего подныривать под нее немного ниже гребня.
- **Попав в быстрое течение**, не следует бороться против него, необходимо не нарушая дыхания плыть по течению к берегу.
- Оказавшись в **водвороте**, не следует поддаваться страху, терять чувство самообладания. Необходимо набрать побольше воздуха в легкие, погрузиться в воду и, сделав сильный рывок в сторону по течению, всплыть на поверхность.
- **Запутавшись в водорослях**, не делайте резких движений и рывков. Необходимо лечь на спину, стремясь мягкими, спокойными движениями выплыть в ту сторону, откуда приплыл. Если все-таки не удастся освободиться от растений, то освободив руки, нужно поднять ноги и постараться осторожно освободиться от растений при помощи рук.
- **Нельзя подплывать близко к идущим судам** с целью покачаться на волнах.
- **Вблизи идущего теплохода возникает течение, которое может затянуть под винт**. Опасно прыгать (нырять) в воду в неизвестном месте – можно удариться головой о грунт, корягу, сваю и т.п., сломать шейные позвонки, потерять сознание и погибнуть.
- Не менее **опасно нырять с плотов, катеров, лодок, пристаней и других плавучих сооружений**. Под водой могут быть бревна – топляки, сваи, рельсы, железобетон и пр. Нырять можно лишь в местах, специально для этого оборудованных. Нельзя купаться у крутых, обрывистых и заросших растительностью берегов. Здесь склон дна может оказаться очень засоренным корнями и растительностью. Иногда песчаное дно бывает зыбучим, что опасно для не умеющих плавать.
- Важным условием безопасности на воде является **строгое соблюдение правил катания на лодке**. Нельзя выходить в плавание на неисправной и полностью необорудованной лодке. Перед посадкой в лодку, надо осмотреть ее и убедиться в наличии весел, руля, уключин, спасательного круга, спасательных жилетов по числу пассажиров, и черпака для отлива воды. Посадку в лодку производить, осторожно ступая посреди настила. Садиться на балки (скамейки) нужно равномерно. Ни в коем случае нельзя садиться на борт лодки, пересаживаться с одного места на другое, а также переходить с одной лодки на другую, раскачивать лодку и нырять с нее.
- **Запрещается кататься на лодке детям до 16 лет без сопровождения взрослых**, перегружать лодку сверх установленной нормы для этого типа лодки, пересекать курс моторных судов, близко находиться к ним и двигаться по судовому ходу. Опасно подставлять борт лодки параллельно идущей волне. Волну надо «резать» носом лодки поперек или под углом.
- **Если лодка опрокинется**, в первую очередь нужно оказать помощь тому, кто в ней нуждается. Лучше держаться всем пассажирам за лодку и общими усилиями толкать ее к берегу или на мелководье. Помните о своей безопасности! Берегите себя и своих близких!

#### Категорически запрещено купание:

- детей без надзора взрослых;
- в незнакомых местах;
- на надувных матрацах, камерах и других плавательных средствах (без надзора взрослых);

#### Необходимо соблюдать следующие правила:

- Прежде чем войти в воду, сделайте разминку, выполнив несколько легких упражнений.
- Постепенно входите в воду, убедившись в том, что температура воды комфортна для тела (не ниже установленной нормы).
- Не ныряйте при недостаточной глубине водоема, при необследованном дне (особенно головой вниз!), при нахождении вблизи других плесцов.
- Продолжительность купания - не более 30 минут, при невысокой температуре воды - не более 5-6 минут.
- При купании в естественном водоеме не заплывайте за установленные знаки ограждения, не подплывайте близко к моторным лодкам и прочим плавательным средствам.
- Во избежание перегревания отдыхайте на пляже в головном уборе.
- Не допускайте ситуаций неоправданного риска, шалости на воде.

## ПАМЯТКА

населению по правилам поведения на воде

**Нарушая правила безопасности на воде,  
Вы рискуете своей жизнью!**



**Помните:** купание в нетрезвом виде может привести к трагическому исходу!

- При купании недопустимо:

1. Плавать в незнакомом месте, под мостами и у плотин.
2. Нырять с высоты, не зная глубины и рельефа дна.
3. Заплывать за буйки и ограждения.
4. Приближаться к судам, плотам и иным плавсредствам.
5. Прыгать в воду с лодок, катеров, причалов.
6. Хватать друг друга за руки и ноги во время игр на воде.

**Не умеющим плавать следует купаться только в специально оборудованных местах глубиной не более 1-2 метра!**

**КАТЕГОРИЧЕСКИ ЗАПРЕЩАЕТСЯ купание на водных объектах, оборудованных предупреждающими аншлагами «КУПАНИЕ ЗАПРЕЩЕНО!»**

**Помните!**

**Только неукоснительное соблюдение мер безопасного поведения на воде может предупредить беду и сохранить Вашу жизнь.**



# БЕЗОПАСНОСТЬ НА ВОДЕ

## Простые правила:



Купайтесь только в разрешенных местах, на благоустроенных пляжах.



Не боритесь с сильным течением! Используйте его, чтобы приблизиться к берегу.



Не прыгайте в незнакомых местах! Не известно, что может оказаться на дне!



Не подплывайте к проходящим судам и не забирайтесь на предупредительные знаки.



Не купайтесь в штормовую погоду! Берегитесь волны.



Не заплывайте далеко от берега на надувных матрацах и автомобильных камерах.



Не переохлаждайтесь и не перегревайтесь. Не купайтесь, если температура воды ниже 18°.



Не используйте для плавания самодельные устройства! Они могут перевернуться.

## Оказание первой помощи:



Используйте для спасения любые подручные средства!



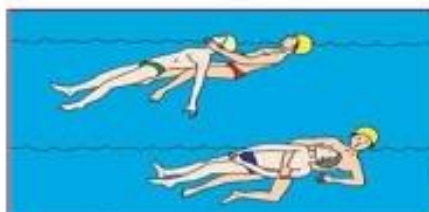
Не отплывайте от перевернувшейся лодки до прибытия подмоги!



Поднимайте упавшего из воды только с кормовой части тонущего средства!



Не оставляете попыток достать утопающего со дна.



Не давайте утопающему схватить вас. Следите за тем, чтобы его голова постоянно находилась над водой!



Доставив пострадавшего на берег, очистите ему полость рта и удалите воду из дыхательных путей, легких и желудка!

**В любой ситуации на воде главное не паниковать!**

cgfnf.ru

### Правила купания



Купаться рекомендуется два раза в сутки – утром и вечером, а именно безоблачных, но душных дней. Лучшее время для этого – после заката. Купаться следует в безветренную погоду при температуре воды +18° – 20°. При первом купании в воде не стоит оставаться более 15 минут, а второй – не более 10 минут.

Длительность времени дождется 15 минут.

Не переохлаждайтесь и не перегревайтесь! После купания лучше одеться через 15 – 20 минут.

Удобнее купаться в одиночку, так как в случае беды никто не будет помогать.

Не оставляйте детей без присмотра!



Вода в выбранном для купания месте должна быть прозрачной, дно жестким, без коряг, подводных камней, скал, водорослей, водоворотов и т.д.

После купания солнечной ванны нельзя браться в воду повторно купаться можно только после того, как вы полностью высохли и в тени или сделали обработку водонепроницаемой водой в области купания.

- 1. Не купайтесь в штормовую погоду. Не купайтесь в штормовую погоду.
- 2. Не купайтесь в штормовую погоду. Не купайтесь в штормовую погоду.
- 3. Не купайтесь в штормовую погоду. Не купайтесь в штормовую погоду.
- 4. Не купайтесь в штормовую погоду. Не купайтесь в штормовую погоду.
- 5. Не купайтесь в штормовую погоду. Не купайтесь в штормовую погоду.
- 6. Не купайтесь в штормовую погоду. Не купайтесь в штормовую погоду.
- 7. Не купайтесь в штормовую погоду. Не купайтесь в штормовую погоду.
- 8. Не купайтесь в штормовую погоду. Не купайтесь в штормовую погоду.
- 9. Не купайтесь в штормовую погоду. Не купайтесь в штормовую погоду.
- 10. Не купайтесь в штормовую погоду. Не купайтесь в штормовую погоду.

### Оказание помощи при утоплении

- 1. Срочно вызовите спасателей. «Мобильный телефон» (номер 112).
- 2. Попросите вызвать спасателей и «скорую помощь» (номер 112).
- 3. Попросите вызвать спасателей и «скорую помощь» (номер 112).
- 4. Проведите первую спасательную операцию. Проведите первую спасательную операцию. Проведите первую спасательную операцию.
- 5. Если человек плавающий, снимите одежду и обувь и помогите добраться до берега.
- 6. Поддерживайте в течение 15 минут, покажите до берега или в аптеку и вызовите скорую помощь.
- 7. Не давайте человеку себе утопиться.
- 8. Если утопающий улетел под воду – немедленно приступайте к сердечно-легочной реанимации.
- 9. Это необходимо быстро доставить на берег.



### ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ ДОСРАЧЕВЕННОЙ ПОМОЩИ ПРИ УТОПЛЕНИИ

- 1. Вызовите спасателей или с помощью окружающих – скорую помощь.
- 2. Определите наличие пульса на сонной артерии, реакция зрачков на свет, самостоятельную дыхание.
- 3. Если пульс, дыхание и реакция зрачков на свет отсутствуют – немедленно приступайте к сердечно-легочной реанимации.



- 4. Продолжайте реанимацию до прибытия медицинского персонала или до восстановления самостоятельного дыхания и сердцебиения.

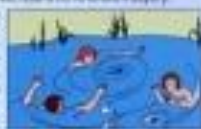


- 5. После восстановления дыхания и сердечной деятельности продолжайте пострадавшему укладывать вилочко-головами.
- 6. Утеплите и согрейте его. Обеспечьте постоянный контроль за состоянием!

### Опасности, которые подстерегают в воде!

Плавая в быстром течении, не следует бороться против него, необходимо, не сопротивляясь, плыть по течению к берегу.

Если, купаясь, попали в водоворот, то не стоит паниковать, наберите в легкие воздуха, вырвите голову и постарайтесь максимально отплыть в сторону от вихря водоворота.



Заплывавшие в водовороты, не делайте резких движений в воде. Необходимо лечь на спину, стараясь вытолкнуть голову в ту сторону, откуда пришли. Если вы так не удалось вытолкнуть от дыхания, то, освободив руки, плывите по течению и постарайтесь избежать обожжения от дыхания при повороте.

Главный враг любого пловца – судорога, которая сводит руку, а чаще ногу или обе ноги. Она может возникнуть, если вы купались в холодной воде или долго время плавали в теплой воде, что вызывает спазм в тех же мышцах, совершая аналогичные движения.



- 1. При судорогах, вода немедленно выйдите из воды. Если нет этой возможности, то необходимо действовать следующим образом.
- 2. Рывком, стиснув пальцы – тянуть на себя.
- 3. При судорогах стискивая пальцы руки, надо быстро, с силой сжать пальцы руки в кулак, сделать резкое отрывательное движение рукой в направлении стороны, рывком вытянуть.
- 4. При судорогах икроножных мышц необходимо согнуть ногу, сделать руками обхватить ступню пострадавшего ноги и с силой потянуть ступню к себе.
- 5. При судорогах кисти бедра необходимо обхватить рукой ногу с наружной стороны кисти локтя и надавить (до боли) и, согнув ее в колене, потянуть рукой к себе к груди.
- 6. Провести утолщение голени острым предметом (каменным). Для этих целей (плат на ступню или кисть) прервать бутылку. Также можно рывком или ухватить за поясницу судорожного.
- 7. Старайтесь все это делать на реке, без локтей, в противном случае можно вызвать судорогу всего тела. Чтобы не спровоцировать появления судорог – не плавать, чтобы устал.

### ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ:

- ВЫБИРАЙТЕ ДЛЯ КУПАНИЯ БЕЗОПАСНЫЕ ИЛИ СПЕЦИАЛЬНО ОБОРУДОВАННЫЕ МЕСТА
- НЕ КУПАЙТЕСЬ В НЕТРЕЗВОМ СОСТОЯНИИ
- НЕ ПОДПЛЫВАЙТЕ К СУДАМ (МОТОРНЫМ И ПАРУСНЫМ), К ЛОДКАМ И ДРУГИМ ПЛАВСРЕДСТВАМ
- НЕ ОСТАВЛЯЙТЕ ДЕТЕЙ У ВОДЫ И НА ВОДЕ БЕЗ ПРИСМОТРА
- НЕ НЫРЯЙТЕ В НЕЗНАКОМЫХ МЕСТАХ
- НЕ ЗАПЛЫВАЙТЕ ДАЛЕКО ОТ БЕРЕГА И ЗА ЗНАКИ ОГРАЖДЕНИЯ АКВАТОРИИ ПЛЯЖА
- НЕ КУПАЙТЕСЬ НОЧЬЮ
- НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ ДЛЯ ПЛАВАНИЯ ДОСКИ, НАДУВНЫЕ МАТРАЦЫ, АВТОМОБИЛЬНЫЕ КАМЕРЫ
- НЕ БРОСАЙТЕ В ВОДУ БАНКИ, СТЕКЛО И ДРУГИЕ ПРЕДМЕТЫ, ОПАСНЫЕ ДЛЯ КУПАЮЩИХСЯ
- НЕ ПРЫГАЙТЕ С ЛОДОК, КАТЕРОВ, ПРИЧАЛОВ, А ТАКЖЕ СООРУЖЕНИЙ, НЕ ПРЕДНАЗНАЧЕННЫХ ДЛЯ ЭТИХ ЦЕЛЕЙ
- НЕ УСТРАИВАЙТЕ В ВОДЕ ИГРЫ, СВЯЗАННЫЕ С НЫРЯНИЕМ И ЗАХВАТОМ РУК, НОГ, ГОЛОВЫ КУПАЮЩЕГОСЯ
- НЕ ИГРАЙТЕ С МЯЧОМ И В ДРУГИЕ СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ В МЕСТАХ, НЕ ПРЕДНАЗНАЧЕННЫХ ДЛЯ ЭТИХ ЦЕЛЕЙ



## Телефон экстренного вызова 112

### ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ УТОПАЮЩЕМУ:



1. Первые помощь, пострадавшему в воде. 1. Первые помощь, пострадавшему в воде. 1. Убедитесь, что тебе ничего не угрожает. Помогите пострадавшему из воды. (При подозрении на перелом позвоночника – вытаскивать пострадавшего на доску или вилы).



4. Вызовите (самостоятельно или с помощью окружающих) скорую помощь. Уложите пострадавшего животом на свое колено, дайте воде стечь по дилататорным путям. Обеспечьте проходимость верхних дыхательных путей. Сделайте контроль пульса на сонной артерии (пульс, реакция зрачков на свет, самостоятельное дыхание).



5. Определите наличие пульса на сонной артерии, реакция зрачков на свет, самостоятельное дыхание. Если пульс, дыхание и реакция зрачков на свет отсутствуют – немедленно приступайте к сердечно-легочной реанимации. Продолжайте реанимацию до прибытия медицинского персонала или до восстановления самостоятельного дыхания и сердцебиения. После восстановления дыхания и сердечной деятельности продолжайте пострадавшему укладывать вилочко-головами. Утеплите и согрейте его. Обеспечьте постоянный контроль за состоянием!

По статистике главными причинами гибели людей на воде являются:

- утопление в алкогольном опьянении - 50% всех несчастных случаев;
- травмы головы, позвоночника при нырянии - 30% случаев;
- судороги, спазмы головного мозга, остановка дыхания при переохлаждении - 20% случаев.

## Оказание помощи терпящим бедствие на воде



ЕСЛИ ПРИ ПЛАВАНИИ СВЕЛО НОГУ, ТО НЕОБХОДИМО НА СЕКУНДУ ПОГРУЗИТЬСЯ С ГОЛОВОЙ В ВОДУ, РАСПРЯМИВ НОГУ, СИЛЬНО ПОТЯНУТЬ РУКОЙ СТУПНЮ НА СЕБЯ ЗА БОЛЬШОЙ ПАЛЕЦ



ЕСЛИ ТОНУЩИЙ МОЖЕТ САМОСТОЯТЕЛЬНО ОСТАВАТЬСЯ НА ПОВЕРХНОСТИ ВОДЫ, ДОСТАТОЧНО БРОСИТЬ ЕМУ СПАСАТЕЛЬНЫЙ КРУГ, ЗА КОТОРЫЙ ОН МОЖЕТ ДЕРЖАТЬСЯ, ПОКА К НЕМУ НЕ ПОДПЛЫВЕТ СПАСАТЕЛЬ.



ЕСЛИ ВЫ ХОРОШИЙ ПЛОВЕЦ, ТАКОЙ СПОСОБ ТРАНСПОРТИРОВКИ ПОСТРАДАВШЕГО В ВОДЕ НАИБОЛЕЕ ПРИЕМЛЕМ. НЕ ДАВАЙТЕ УТОПАЮЩЕМУ СХВАТИТЬ ЗА ВАС.



ПОДПЛЫВАТЬ К ТОНУЩЕМУ СЛЕДУЕТ ОСТОРОЖНО. БРАТЬ УТОПАЮЩЕГО БЕЗОПАСНЕЕ ВСЕГО СЗАДИ ПОД МЫШКИ И, ПОДДЕРЖИВАЯ ЕГО ЛИЦО НАД ВОДОЙ, ПЛЫТЬ К БЕРЕГУ.



НЕ ОСТАВЛЯЙТЕ ПОПЫТОК ДОСТАТЬ УТОНУВШЕГО СО ДНА. ЭТО НУЖНО ДЕЛАТЬ 10 МИНУТ С МОМЕНТА ЕГО ПОГРУЖЕНИЯ. ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ – ПОСТРАДАВШИЙ В СОЗНАНИИ: СНЯТЬ МОКРУЮ ОДЕЖДУ, ПЕРЕОДЕТЬ



В СУХОЕ БЕЛЬЁ; ТЕПЛО УКУТАТЬ; НАПОИТЬ ГОРЯЧИМ ЧАЕМ ИЛИ КОФЕ. ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ – ПОСТРАДАВШИЙ БЕЗ СОЗНАНИЯ: ОЧИСТИТЬ ПОЛОСТЬ РТА ОТ ИЛА И ТИНЫ. УДАЛИТЬ ИЗ ДЫ-



ХАТЕЛЬНЫХ ПУТЕЙ И ЖЕЛУДКА ВОДУ. СТАТЬ НА ОДНО КОЛЕНУ, ПОЛОЖИТЬ ПОСТРАДАВШЕГО ЖИВОТОМ НА СВОЁ БЕДРО, НАДАВЛИВАЯ НА СПИНУ ПОСТРАДАВШЕГО, СЖИМАТЬ ЕГО ГРУДЬ.



ПОСЛЕ ТОГО КАК ВОДА ВЫТЕЧЕТ, ПОСТРАДАВШЕГО УЛОЖИТЬ НА СПИНУ. ЕСЛИ НОРМАЛЬНОЕ ДЫХАНИЕ НЕ ВОССТАНОВИЛОСЬ – СДЕЛАТЬ ИСКУССТВЕННОЕ ДЫХАНИЕ.