

# Правила оказания первой медицинской помощи потерпевшим на воде

*Следует выполнять требования безопасности на воде и уметь применить первую помощь. Быстрая и грамотная помощь пострадавшим на воде - залог сохранения жизни человека.*

*Если, забыть или не выполнять правила поведения на воде, то это может привести к трагическим последствиям.*

*Сегодня, в разгар лета и отпусков, хороший повод напомнить о правилах оказания первой медицинской помощи потерпевшим на воде.*

## Помощь пострадавшим на воде в легкой форме

В легких случаях утопления, когда в дыхательные пути попало незначительное количество жидкости, достаточно успокоить и обогреть пострадавшего.

## Помощь пострадавшим на воде в тяжелых случаях

Когда пострадавшего извлекают из воды без сознания, необходимо немедленно начать проведение мероприятий по возвращению к жизни пострадавшего.

- Прежде всего, надо освободить дыхательные пути от воды. Для этого туловище пострадавшего наклоняют головой вниз, а пальцами проверяют, нет ли во рту и глотке посторонних предметов.



- Если дыхание отсутствует, то сразу проводят искусственное дыхание.
- Если также отсутствует пульс на шее, одновременно делают закрытый массаж сердца.



- Надо быть готовым к возникновению рвоты, так как в желудок попадает большое количество воды. При рвоте голову пострадавшего поворачивают набок, затем очищают ротовую полость марлей или тканью и продолжают.

## ***Последовательность оказания первой медицинской помощи пострадавшим на воде***

***Последовательность действий зависит от типа утопления.***

***Различают два типа: «синий» и «бледный».***

### ***«Синий» тип***

Утопающий не сразу погружается в воду, а пытается удержаться на ее поверхности. При вдохе он заглатывает большое количество воды, которая переполняет желудок и попадает в легкие. Развивается резкое кислородное голодание, обуславливает синюшный цвет кожи.

При «синем» типе утопления, сначала надо быстро удалить воду из дыхательных путей.

1. Для этого, стоя на одном колене, заключают пострадавшего на свое согнутое колено так, чтобы на него опиралась нижняя часть грудной клетки, а верхняя часть туловища и голова свешивались вниз.
2. Затем одной рукой необходимо открыть рот пострадавшего, а другой похлопать его по спине или плавно нажать на ребра со стороны спины.
3. Когда утечки воды прекратится, поверните пострадавшего на спину и уложите на твердую поверхность.
4. Бинтом или носовым платком быстро очистит полость его рта от песка.
5. Проводите реанимационные мероприятия, искусственное дыхание, закрытый массаж сердца - до появления самостоятельного дыхания и восстановления сердечной деятельности.

### ***«Бледный» тип***

Утопленник не пытается бороться за жизнь и быстро идет ко дну. Это часто наблюдается при опрокидывании байдарок или плотов, когда человек погружается в воду в состоянии панического страха. Под действием холодной воды может наступить внезапная остановка сердца и дыхания. Вода в легкие при этом не попадает.

При «бледном» типе утопления, на берегу немедленно приступают к сердечно-легочной реанимации:

### ***Искусственное дыхание, непрямой массаж сердца***

При отсутствии дыхания приступают к искусственному по способу «рот в рот» или «рот в нос».

- Тело должно лежать на твердой поверхности, а голова должна быть максимально отклонена назад (чтобы воздух попадал в легкие, а не в желудок).
- Искусственное дыхание проводят через марлю или платок.
- При остановке сердца одновременно делают непрямой массаж сердца, нажимая на грудь несколько раз между вдохами.
- Лучше это делать вдвоем.
- Попросит присутствующих немедленно вызвать «скорую помощь».
- Помните, что интенсивность сердечно-легочной реанимации зависит от возраста пострадавшего\*.

### ***\*Интенсивность сердечно-легочной реанимации***

<b>Возраст</b>	<b>Взрослый (старше 12 лет)</b>	<b>Ребенок (8 лет)</b>	<b>Младенец (до года)</b>
<b><i>Положение рук</i></b>	Две руки на нижней половине грудины	Одна рука на нижней половине грудины	Два пальца на нижней половине грудины (на ширине одного пальца ниже сосков)
<b><i>Глубина нажима</i></b>	Приблизительно 4-5 см	Приблизительно 3 см	Приблизительно 2 см
<b><i>Вдувание</i></b>	Медленно, до поднятия грудной клетки, в течение 1,5-2 сек	Медленно, до поднятия грудной клетки, в течение 1-1,5 сек	Медленно, до поднятия грудной клетки, в течение 1-1,5 сек
<b><i>Цикличность</i></b>	15 толчков - 2 вдувания	5 толчков - 1 вдувания	5 толчков - 1 вдувания
<b><i>Темп</i></b>	15 толчков в течение примерно 10 сек	5 толчков в течение примерно 3 сек	5 толчков в течение примерно 3 сек

### ***Профилактика переохлаждения***

Снимите с пострадавшего мокрую одежду, укройте одеялом, дайте горячее питье.

***Пострадавшего следует госпитализировать, даже если ему стало лучше!***

*Информация о правилах и порядке оказания первой медицинской помощи пострадавшим на воде взята из открытых официальных источников Министерства по чрезвычайным ситуациям и Министерства здравоохранения. В случае, если Вы сомневаетесь в правильности информации, которая представлена в этой статье - уточняйте в соответствующих организациях.*

**Предупрежден, значит вооружен!  
Берегите себя и своих близких!**