

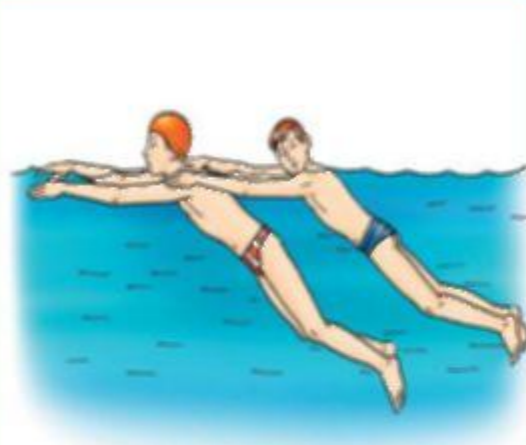
## Оказание помощи терпящим бедствие на воде



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 ПОДПЛЫВЁТ 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 ОТСТАВЛЯЙТЕ 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 КОЛЕНО, 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**.