***АЗБУКА БЕЗОПАСНОСТИ***

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Правила оказания первой помощи на воде**   |  |  | | --- | --- | |  |  |  |  | | --- | | Всем известно, как дети любят воду. Это относится как к самым маленьким, так и к ребятам постарше. Разумеется, купание полезно, дети тянутся к воде, но всегда следует соблюдать осторожность: малышей держать под контролем, ребят постарше обязательно научить плавать. Маленькие дети, как правило, поразительно бесстрашны. Отсутствие страха, помноженное на любопытство, любознательность,— одна из причин их смелого обращения с водой.  Несчастным случаям способствуют особенности органов дыхания ребенка. У него легко развиваются так называемые явления ларингоспазма, когда в результате относительно резкого раздражения происходит довольно стойкое спастическое замыкание голосовых связок. Так, при простудных заболеваниях иногда отекает подсвязочное пространство гортани, и развиваются явления ложного крупа. Вторая особенность заключается в  легкой угнетаемости дыхательного центра у детей. Правда, чаще это наблюдается у новорожденных и детей первых месяцев жизни, но, возможно, в отдельных случаях незрелость дыхательного центра бывает и у более старших.  Как это ни покажется странным, но несчастные случаи происходят не только с теми, кто совсем не умеет плавать или держаться на воде, но и с теми, кто плавает отлично. Поэтому важно не только уметь хорошо плавать, но и правильно оказывать помощь тонущему человеку. Если плавание чаще всего — дело личного удовольствия и пользы, спасение — акт общественный.  **Как оказать первую помощь в случае, если ребенок захлебнулся?**  Прежде всего, нужно освободить полость рта и трахеи от воды. Для этого грудного ребенка берут за ножки и переворачивают вниз головой, прижимая нижнюю челюсть к верхней. Этим достигается проходимость дыхательных путей. Ребенка постарше перекидывают через колено вниз головой и нажимают одной рукой на спинку, а другой — на грудь.  Правила оказания первой помощи  Приемы оказания аналогичной помощи подростку. Пострадавшего кладут на спину, повернув его голову набок, а рукой нажимают на брюшную стенку. Затем его переворачивают на живот и, придерживая голову, надавливают на спину. Это проделывают до тех пор, пока не появится нормальное дыхание.    Правила оказания первой помощи  Искусственное дыхание «рот в рот». Оказывающий помощь делает вдох и резко вдувает воздух в легкие ребенка. Выдох у пострадавшего происходит при этом пассивно.    Правила оказания первой помощи  **Приемы спасения утопающего.** 1. Нырнув, ладонью правой руки толкните колено утопающего, а левой рукой захватите его правую ногу (верхний рисунок). 2. Повернув тонущего к себе спиной, подтолкните его правой ногой и левой рукой вверх. Так удобнее всего доставить пострадавшего к берегу. Очень важно, чтобы рот и нос человека, которого вы спасаете, не погружались в воду.    Правила оказания первой помощи    Одно из любимых занятий ребят — ныряние в воду. Ныряют обыкновенно с высоты: с мостиков, дамб, причалов. Особенным вниманием ребят пользуются разрушенные или недостроенные сооружения, где взрослые не мешают их играм и отдыху. На дне около таких развалин нередко лежат металлические рельсы, сгнившие сваи и бревна. Именно здесь и происходят несчастные случаи.  Непоправимое может случиться при ранних весенних и поздних осенних купаниях, когда температура воды низкая. Чувствительность детей к холодной воде далеко не одинакова. Некоторые ребятишки, пробыв в воде несколько минут, покрываются «гусиной кожей», которая становится бледно-синюшной. Они стучат зубами. И хотя самолюбие не позволяет им вылезти из воды, покидают ее они без сожаления. Другие, наоборот, способны пробыть в холодной воде довольно долго, плавают, брызгаются, словно не замечая ее температуры. Судороги, которые вызывают сильные боли в ногах у взрослых пловцов, у детей бывают крайне редко. Но для них холодная вода также опасна, так как состояние замерзания приводит к потере координации движений и даже умеющий плавать незаметно опускается под воду.  Правила оказания первой помощи  Строение гортани ребенка отличается наличием не только истинных (как у взрослого человека) голосовых связок, но и ложных. У взрослого смыкаются, как правило, лишь истинные голосовые связки (а). У ребенка при попадании в гортань жидкости происходит спастическое сокращение истинных и ложных голосовых связок (тотальный ларингоспазм), что вызывает трудности при оказании экстренной помощи (б).  Итак, основная причина несчастий — неумение плавать и нарушение правил поведения на воде. Лучший пример для ребенка — хорошо плавающие мать и отец.  **Приемы обучения плаванию:** 1. Ребенок под наблюдением взрослого опускается с головой под воду, садится на корточки и делает выдох в воду.  2. Садится на корточки под водой и, задержав дыхание, всплывает.  3. Ложится на спину, вытягивает руки, слегка разводя ноги.  Правила оказания первой помощи | |