

РЕКОМЕНДАЦИИ

для родителей по вопросам безопасности детей на воде

ШАГ 1 Объясните ребенку правила поведения на воде.

Что должен знать ребенок:

1. Купаться можно только в проверенных водоемах. В этом случае ему будут знакомы глубина, быстрота течения, качество дна и чистота воды.

2. Нельзя нырять в незнакомых местах, особенно с высоты и с разбега, а также с непредназначенных для этого мест – склонов, обрывов, камней, деревьев.

3. Нельзя заплывать за буйки или оградительные сооружения, в зону с илистым дном и водорослями.

4. Игры в воде не должны включать в себя утопление, агрессию, борьбу, физическое воздействие, сталкивание в воду без предупреждения.

6. Необходимо избегать сближения с водными видами транспорта – скажите, чтобы ребенок не подплывал к ним даже во время остановки.

7. Если ребенок купается в море, при появлении волн нужно скорее выбраться на берег. Даже небольшие волны представляют угрозу для жизни. Они обладают сильной тягой и способны утащить маленького человека на глубину.

ВАЖНО! Во время объяснений правил безопасности убедитесь, что ребенок вас слушает. Не читайте нотаций, рассказывайте интересно. Вам необходимо донести важность информации.

Если возраст ребенка не превышает 12 лет, используйте вспомогательный материал:

– мультфильмы («Мишка-Тишка: безопасность на воде», «Уроки тетушки совы: водоемы»);

– книжки («Лисенок и опасности на воде»; «Правила безопасности: на море»);

– познавательные передачи («Спокойной ночи, малыши: по все правилам вместе с Хрюшей», «Смешарики: азбука безопасности»).

ШАГ 2 Выберите водоём для купания.

Что необходимо учитывать: вид пляжа – песок или галька; глубина; заход в воду – плавный или же хватает пары шагов, чтобы погрузиться в воду с головой; температура воды; быстрота течения; наличие отмелей; наличие буйков, лестниц для спуска в воду, мостков и дамб; работает ли на пляже спасательный пункт (если нет, то узнайте адрес ближайшего пункта МЧС или больницы).

ШАГ 3 Убедитесь, что ребенок готов к посещению пляжа.

ШАГ 4 Соберите ребенку необходимые вещи для безопасного купания.

ШАГ 5 Отправьтесь с ребенком на пляж или найдите сопровождающего.

Оказание помощи при разных ситуациях:

1. Тепловой или солнечный удар

Первыми признаками являются тошнота (рвота), вялость, головокружение. Заберите ребенка из воды, отведите его в тень, дайте ему попить воды. Покиньте пляж, отправляйтесь домой. Рекомендован постельный режим и обильное питье. Если у ребенка повысится температура, а к вечеру рвота не пройдет, вызовите врача.

2. Солнечный ожог

Если ребенок долго находится в воде без головного убора, он легко может получить солнечный ожог. Опознать его легко – кожа покраснеет, ярко выделятся следы купального костюма. Слегка надавите пальцем на покрасневший участок. Если след от пальца исчезнет не сразу, это будет значить, что ребенок обгорел. В таком случае уведите его в тень и намажьте противовоспалительными средствами. После высыхания крема или лосьона оденьте на ребенка футболку и обязательно головной убор. В ближайшие 3 дня нельзя подставлять обожженную кожу солнцу, пока она не восстановится.

3. Получение инфекции

Во время купания ребенок может случайно глотнуть воды. Вместе с жидкостью есть риск проглотить инфекцию. При появлении первых признаков желудочной инфекции (рвота, понос, тошнота, высокая температура) вызовите врача, уложите ребенка в постель и поите его водой. В случае серьезного инфекционного заражения может потребоваться госпитализация. Для предотвращения болезни необходимо, чтобы после каждого выхода из воды ребенок мыл руки или обрабатывал их антибактериальными салфетками. Также нельзя купаться с открытыми ранами, необработанными царапинами и ссадинами. Их все надо предварительно заклеить надежным лейкопластырем. Через ранки инфекция тоже может просочиться в организм ребенка, что и станет причиной заражения.

4. Переохлаждение

Маленькие перерывы между заплывами, купание в холодной воде, отсутствие активности при нахождении в водоеме могут спровоцировать переохлаждение. Его первыми признаками являются мурашки на коже, дрожь и посинение губ. Позовите ребенка на берег. С силой разотрите его сухим полотенцем, закутайте и оставьте так на некоторое время. Затем снимите с него купальник и проследите, чтобы ребенок переоделся в сухую сменную одежду. Позже он согреется на солнце или с помощью физической активности.

5. Первая помощь утопающему:

1. Аккуратно положите ребенка на спину.

2. Под голову положите самодельную подушку – из полотенца или одежды. Главное, чтобы голова находилась немного на возвышении.

3. Проверьте, не остановилось ли у ребенка сердце. Признаки остановки – отсутствие пульса, нет дыхания, широкие зрачки. Если вы обнаружили эти признаки, то приступайте срочно к искусственному дыханию и непрямому массажу сердца. Вы должны действовать быстро, потому что задержка дыхания и остановка сердца более чем на 2 минуты приводят к летальному исходу.

4. Искусственное дыхание: сделайте глубокий вдох, зажмите нос ребенку, откройте ему рот и выдохните в него набранный в легкие воздух. Делайте 1 выдох в 4 секунды (15 выдохов в минуту).

5. Непрямой массаж сердца: опустите ладони ребенку на грудь между сосками. Ладони сложите друг на друга. Во время искусственного дыхания, точнее в паузах между выдохами, делайте по 4 ритмичных нажима. Давить надо достаточно сильно, но при этом не слишком. Иначе вы сломаете ребенку ребра. Детям до 7 лет и детям с худым телосложением делайте непрямой массаж сердца не ладонями, а пальцами.

ВАЖНО! Искусственное дыхание и массаж делайте до того момента, пока ребенок не очнется. Не паникуйте и не отчаивайтесь. Привлеките помощника – один человек пусть делает искусственное дыхание, а другой отвечает за непрямой массаж сердца.