

ПОВЕДЕНИЕ ЧЕЛОВЕКА НА ВОДЕ

Причины гибели человека на воде различны. Чаще всего люди тонут из-за неумения плавать, нарушения правил поведения при купании и катании на катере или лодке, купания в нетрезвом состоянии. Дети часто остаются у воды без присмотра взрослых и иногда гибнут.

Изучая этот вопрос, приходим к выводу, что нервное потрясение, каким, в частности, является страх, может сопровождаться различными внезапными нарушениями деятельности внутренних органов. Например, спазмы сосудов головного мозга способны вызвать временное малокровие в жизненно важных нервных центрах, обморочное состояние, потерю сознания, рвоту. Таким образом, испуг, страх, ужас могут вызывать в организме человека мгновенные изменения, приводящие не только к физиологическим сдвигам, в результате которых парализуется мышечная деятельность, но и к более тяжелым последствиям. Человек, цепенея от страха, уже не может трезво оценить опасность и погибает: он производит бессмысленные движения вместо того, чтобы мобилизовать себя на преодоление панического состояния.

Самое главное – не только подготовить пловца с хорошими физическими данными, но и воспитать у него правильную психическую реакцию на трудности и опасности, которые могут быть на воде.

Спасание вплавь является важнейшим видом оказания помощи человеку на воде. Для этого необходимо уметь хорошо плавать и нырять, а также хорошо знать и умело применять приемы спасания и буксировку тонущего. При спасании человека на воде спасатель должен всегда помнить, что действовать нужно обдуманно, осторожно, правильно оценивать сложившуюся обстановку. Нужно быстро приблизиться к человеку, что возможно при плавании кролем, так как этот способ позволяет развивать наибольшую скорость и дает возможность видеть тонущего. Освободившись от захвата тонущего, спасатель должен отбуксировать его к берегу, катеру или в безопасное место.

При спасании тонущего дорога каждая секунда, поэтому спасатель вынужден иногда прыгать в воду в одежде. Если возможно, то обувь необходимо снять, все карманы вывернуть, так как они, заполнившись водой, затрудняют плавание, расстегнуть пуговицы рубахи, развязать тесемки нижнего белья, ремень, галстук.

Оказывая помощь, спасатель должен правильно оценить обстановку, учесть расстояние до тонущего, скорость течения, наличие спасательных средств, высоту волны и т. д. Подплывать к тонущему нужно с таким расчетом, чтобы его наносило течением на спасателя.

Особенно опасны для спасателя и тонущего судороги, которые могут возникать от охлаждения тела и переутомления мышц. Если свело мышцу бедра, то необходимо, согнув ногу в колене, сильно прижимать руками пятку по направлению к седалищу. При судорогах кистей рук нужно резко сжимать и разжимать пальцы. При судорогах мышц живота необходимо энергично

подтягивать к животу колени ног. Если свело икроножную мышцу, нужно ногу поднять над поверхностью воды и, вытянув ее, энергично подтягивать стопу руками к себе. При судорогах руки следует лечь на бок и работать другой рукой под водой.

Если пловец попал в течение, то не следует с ним бороться, так как это ведет к потере сил. Нужно спокойно плыть по течению и, выбрав время и место, приблизиться к берегу. Попав на волну, необходимо следить за тем, чтобы вдох приходился в промежутках между ударами волн.

Плавая против волны, следует спокойно подниматься на волну и скатываться с нее. Можно набрать воздуха при большой волне и нырнуть под нее.

При массовых несчастных случаях необходимо помощь оказывать отдельным лицам, оказавшимся в наиболее опасном месте.

При падении в воду нужно вести себя спокойно, не поддаваться панике, не растрчивать силы на ненужные движения, стараться спастись самому, что возможно только при сохранении спокойствия. Оказавшись в воде, нужно набрать в легкие как можно больше воздуха и постараться принять вертикальное положение, при этом вода периодически поднимает человека и рот будет находиться над поверхностью воды. Нельзя делать сильных движений, так как колебания тела в таком случае усилятся, дыхание ускорится и увеличится риск захлебнуться водой. Нужно делать как можно меньше движений и стараться дышать легче, удерживая побольше воздуха в легких, что создает большую плавучесть. Не делая чрезмерных усилий, можно задержать воздух в легких более чем на 30 с.

Опасно купаться и плавать с досками, бревнами, надувными резиновыми предметами, не приспособленными для плавания, автомобильными камерами, так как даже небольшая волна может отнести человека далеко от берега, а из надувных средств может выйти воздух.