

Перша  
ДОПОМОГА  
при  
утопленні

---

Утоплення — заповнення дихальних шляхів рідиною або рідкими масами.

Коли людина тоне, вода або якась інша рідина перекриває надходження в легені повітря. Задуха в більшості випадків, хоча і не завжди, викликана попаданням води в легені. Це веде до втрати свідомості від браку кисню в крові, що забезпечує мозок. Мозок гине, якщо більше 4-5 хвилин позбавлений кисню.



Фактично можна потонути в будь-якій кількості води, якщо її достатньо для того, щоб в неї занурилося обличчя. Серйозною причиною утоплення дорослих та підлітків є пияцтво. Абсолютно зрозуміло, що не можна пірнати в нетверезому стані.



Ознаками утоплення є виділення піни з рота, зупинка дихання і серцевої діяльності, посиніння шкірних покривів, розширення зіниць.

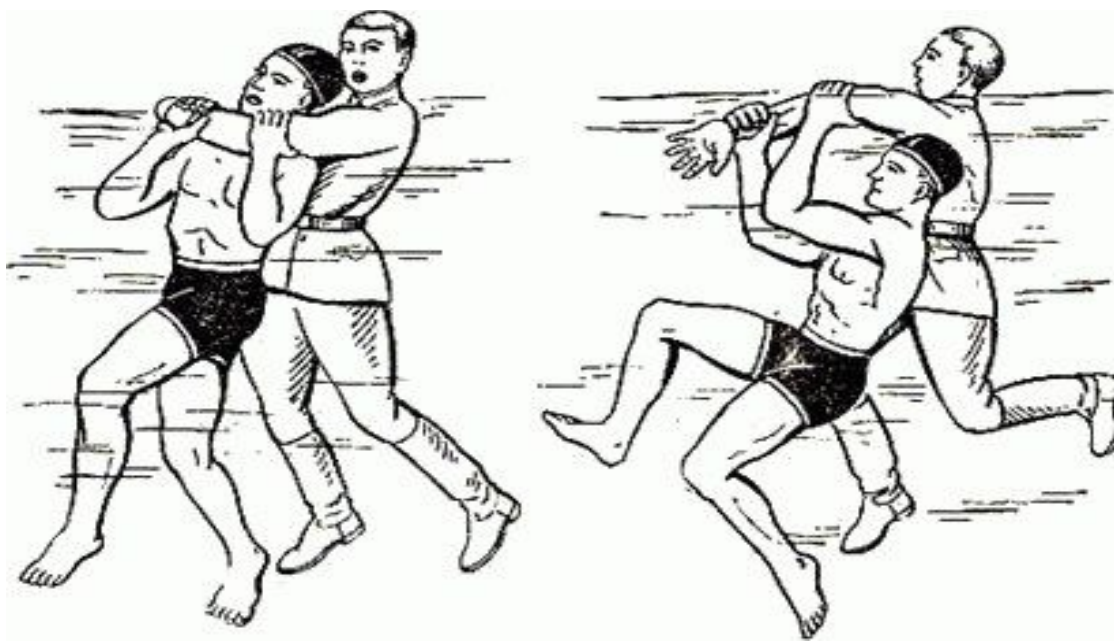


# Схема надання першої допомоги:

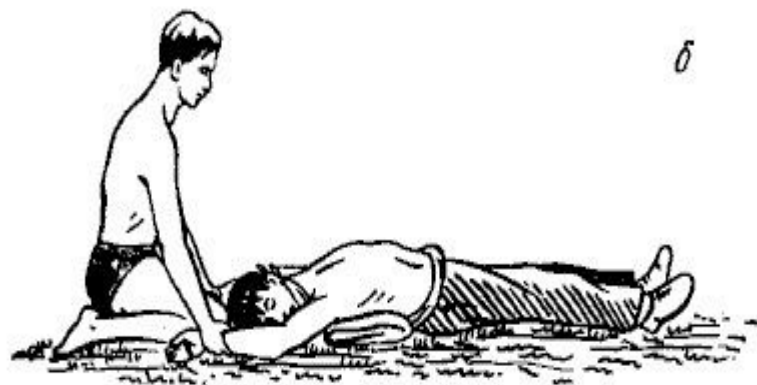
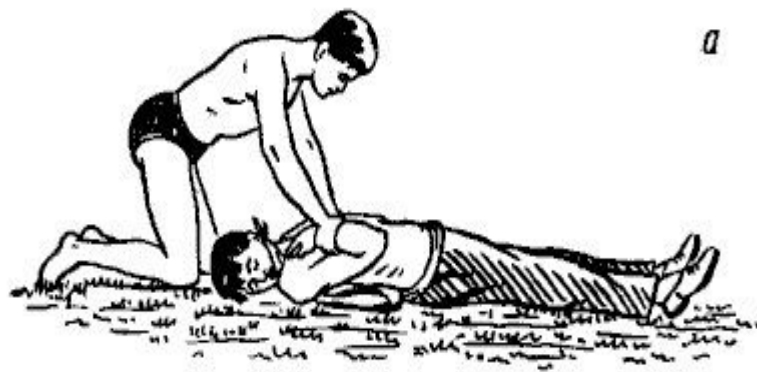
- При утопленні необхідно якнайшвидше витягти постраждалого з води.
- Перш ніж кинутися у воду, потрібно швидко оцінити становище і вибрати спосіб надання допомоги.
- Якщо випадок трапився біля берега можна кинути з берега предмет, за який може вхопитися потоплюючий: рятівний круг, дошку, мотузку.



- ❑ Якщо поблизу є човен, необхідно використати його. Якщо потопуючий перебуває на поверхні води, то бажано заспокоїти його ще здалека, а якщо це не вдається, то краще доплисти до нього ззаду, щоб уникнути захоплення, від яких часом буває важко звільнитися.
- ❑ Одним з ефективних прийомів, який дозволяє звільнитися від подібних судомних обійм є занурення з потопуючим у воду. У таких обставинах він, намагаючись залишитися на поверхні, відпустить рятувальника.



- Діставивши потопаючого на берег, приступають до надання першої допомоги, характер якої залежить від його стану.
- Якщо потерпілий знаходиться в свідомості, у нього задовільний пульс і збережено дихання, то достатньо укласти його на суху жорстку поверхню таким чином, щоб голова була низько опущена, потім роздягнути, розтерти руками або сухим рушником.
- Бажано дати гарячі напої, обгорнути теплою ковдрою і дати відпочити.



- Якщо потерпілий при витяганні з води знаходиться без свідомості, але у нього збережені задовільний пульс і дихання, то слід відкинути його голову і висунути нижню щелепу
- після чого викласти таким чином, щоб голова була низько опущена
- потім своїм пальцем (краще обернутим носовою хусткою) звільнити його ротову порожнину від мулу, водоростей і блювотних мас, насухо витерти і зігріти.



**УДАЛЕННЯ НЕЧИСТОТ ІЗ РОТНОЇ ПОРОЖНИНИ**



- Потерпілому, у якого відсутня свідомість, немає самостійного дихання, але зберігається серцева діяльність, після попередніх заходів, які спрямовані на звільнення дихальних шляхів, потрібно якомога швидше почати штучне дихання.



Рис. 2 Прибинтовывание языка вместе с нижней челюстью к шее, чтобы предупредить его западение



- ❑ При відсутності у постраждалого дихання і серцевої діяльності штучне дихання необхідно поєднувати з зовнішнім масажем серця.
- ❑ Попередньо, по можливості швидше, слід видалити рідину з дихальних шляхів.
- ❑ З цією метою рятувальник кладе потерпілого животом на стегно зігнутої у колінному суглобі ноги, надавлює рукою на спину потерпілого між лопаток, підтримуючи при цьому іншою рукою його чоло і піднімаючи голову.
- ❑ Можна нахилити потерпілого через борт човна, катера або, поклавши обличчям вниз, підняти його в області тазу.
- ❑ Ці маніпуляції не повинні займати більше 10-15 с, щоб не зволікати з проведенням штучного дихання.



# Неприпустимо:

- — припиняти реанімаційні заходи, поки не з'являться достовірні ознаки смерті (при правильному проведенні масажу серця і штучної вентиляції легенів вдається повернути потерпілого до життя навіть через 20 хвилин після витягання його з води);
- — не викликати швидку допомогу, навіть, якщо ознаки життя відновилися.

# Профілактика

- Для запобігання нещасних випадків на воді не можна залишати дітей без нагляду поблизу водойм
- Купатися без нагляду дорослих, які вміють плавати і володіють прийомами надання першої допомоги при утопленні
- Не рекомендується купатися з човнів і плотів, поблизу шлюзів, пристаней і мостів, запливати за межі відведених для купання місць.
- Не варто входити у воду після прийому алкоголю і в найближчі 1,5-2 год після вживання їжі, в стані фізичного і психічного стомлення, після тривалого перебування на сонці.
- Дуже небезпечно стрибати у воду, особливо в незнайомій водоймі, глибина якої невідома, головою вниз, оскільки це нерідко призводить до пошкодження шийних хребців.
- Починати купатися рекомендується в сонячну, безвітряну погоду, при температурі води 17° - 19°C, повітря 20-25°C.
- У воді потрібно знаходитися 10-15 хвилин.

Будьте уважними  
пильними та  
обережними!  
Дякую за увагу!