

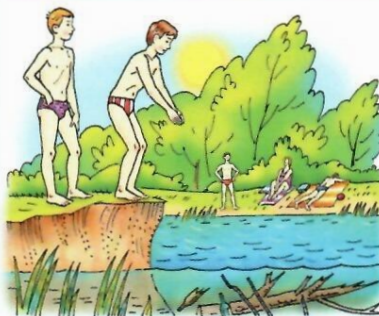
Управление по Красногвардейскому району  
Главного управления МЧС России по г. Санкт-Петербургу  
**НАПОМИНАЕТ О ПРАВИЛАХ БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ:**



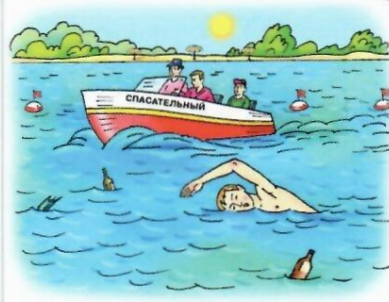
Купайтесь только в разрешенных местах, на благоустроенных пляжах!



Не купайтесь в незнакомых и неизвестных водоемах!



Не ныряйте в местах с неизвестным рельефом дна!



Не заплывайте за ограничительные знаки в местах отведённых для купания! Не подплывайте к большим судам, вёсельным лодкам, баржам.

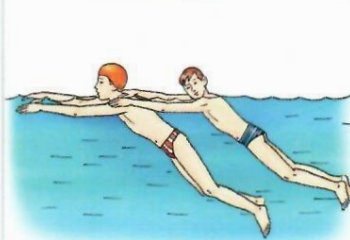
## ОКАЗАНИЕ ПОМОЩИ ТЕРПЯЩИМ БЕДСТВИЕ НА ВОДЕ



Если при плавании свело ногу, то необходимо на секунду погрузиться с головой в воду и, распрямив ногу, сильно потянуть рукой ступню на себя за большой палец.



Если тонущий может еще какое-то время самостоятельно оставаться на поверхности воды, то достаточно бросить ему спасательный круг, за который он может держаться, пока к нему не подплывет спасатель.



Если вы хороший пловец, то такой способ транспортировки пострадавшего в воде наиболее приемлем.



Подплывать к тонущему следует осторожно. Брать утопающего безопаснее всего сзади под мышки и, поддерживая его лицо над водой, плыть к берегу.

# ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ УТОПЛЕНИИ

1



2

Вызовите экстренную службу 112, 101, 102 или 103 и позовите на помощь

Извлеките утопающего из воды. Подплывите сзади. Положите голову пострадавшего себе на грудь и, поддерживая утопающего на плаву, плывите к берегу.

3



Переверните пострадавшего лицом вниз, опустите голову ниже таза.

4

Очистите ротовую полость!



5



Если нет пульса и рвотных масс, то положите пострадавшего на спину и приступайте к искусственному дыханию и непрямому массажу сердца.

6

**НЕЛЬЗЯ** оставлять пострадавшего без присмотра!  
**НЕЛЬЗЯ** самостоятельно перевозить пострадавшего (ждите приезда скорой помощи)

ВЫЗОВ ЭКСТРЕННОЙ СЛУЖБЫ



112, 101, 102, 103



КРАСНОГВАРДЕЙСКОЕ ОТДЕЛЕНИЕ СПб ГО ВДПО

195027 Санкт-Петербург, Большеохтинский пр., д.1, корп.1, лит. А, пом. 9Н

тел.: (812)224-32-13, (812)248-33-19, +7-911-975-01-01 7@vdpo78.ru www.vdpo78.ru