

## ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ по купанию детей в домашних бассейнах



Если вы решили установить дома бассейн необходимо соблюдать одно основное правило – ребенок всегда должен быть под присмотром! Даже если вы купили гору средств защиты ребенка, таких как круги, нарукавники, спасательные жилеты и браслеты, это все может быть абсолютно бесполезным, если ребенок не сможет правильно воспользоваться. Любое плавательное средство может порваться, сдуться или «соскочить» с мокрого скользкого тела. Ребенка нельзя выпускать из вида ни на минуту! Ни о каких книгах и телефоне в руках не может быть и речи. Ребенку нужно совсем немного времени, чтобы утонуть.

Специальные надувные средства защиты ребенка являются дополнительной защитой для детей, которые уже умеют плавать, или хотя бы знают азы, и в случае неприятности смогут самостоятельно доплыть до бортов. Если ребенок не умеет плавать совсем, не рекомендуется покупать ему надувное средство, в случае, если оно начнет сдуваться, ребенок не сможет вовремя сориентироваться.

Перед купанием в домашнем бассейне, обязательно проведение инструктажа по безопасности и правилам поведения на воде. Ребенок должен знать не только о том, как не утонуть, но и культуре купания как в домашнем, так и общественной бассейне. Что нельзя брызгаться, громко кричать, «подныривать» под других, толкать друг друга и т.д. Инструктаж проводить необходимо перед каждым купанием, а не один раз!

Скользкие полы в бассейне – это тоже серьезный риск для ребенка. Бегать, прыгать и играть в подвижные игры у бассейна строго запрещено.

Не стоит плотно кормить ребенка перед походом в бассейн.

Нельзя купать ребенка в бассейне, если он заболел, особенно если у него повышена температура тела.

Если речь идет о домашнем бассейне, обязательно нужно ставить ограждения, чтобы маленькие дети не смогли самостоятельно, без разрешения родителей подобраться к бассейну. Ребенок может упасть с борта в воду.

Холодная вода в бассейне может стать причиной судороги, которая напугает ребенка, если он будет находиться далеко от бортиков бассейна. Объясните ребенку, что избавиться от судороги он может прямо в воде, сильно потянув большой палец на себя, после этого спокойно, без паники выйти из воды.

Категорически запрещается жевать жевательную резинку во время купания, во избежание ее заглатывания и попадания в дыхательные пути. Это касается и других продуктов питания.

Нежелательно долгое пребывание ребенка в бассейне из-за повышенной концентрации химических средств, необходимых для дезинфицирования бассейна. В бассейн необходимо входить спиной к воде, по специальной лестнице. Запрещается входить лицом к воде и нырять с бортиков.

Это, пожалуй, основные правила безопасности, которые необходимо соблюдать детям и родителям при посещении бассейна. Помните: Каждый второй случай смерти ребенка – утопление! Необходимо помнить, что только родители несут полную ответственность при любых несчастных случаях. И только родители могут сделать комфортным и безопасным пребывание ребенка в бассейне.

# БЕЗОПАСНОСТЬ НА ВОДЕ - СОХРАНЕНИЕ ЖИЗНИ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

## памятка для родителей



Утопление определяется как процесс, во время которого человек испытывает затруднение дыхания в результате погружения в воду.

Наибольшую опасность утопление представляет для детей раннего возраста и является ведущей причиной смерти от непреднамеренных травм у детей от 1 года до 4-х лет. Маленькие дети могут утонуть даже в 2 см воды в ванне, старшие дети тонут в местах отдыха при плавании в реках и каналах, в прудах, в плавательных бассейнах. Грудные дети могут утонуть при оставлении одних в ванне или под наблюдением другого ребенка. Особому риску утопления подвержены дети, начинающие ходить, когда могут упасть или залезть в воду. Молодые люди склонны к рискованному поведению в связи с употреблением алкоголя. Из десяти утонувших детей один тонет прямо на глазах у родителей, не понимающих, что происходит.

**Утопление может произойти в течение нескольких секунд.** Тело утопающего человека остается в воде в вертикальном положении, при этом почти отсутствуют поддерживающие движения ногами. Если человека не спасут, он может продержаться в воде от 20 до 60 секунд перед окончательным погружением.

### **Признаки состояния утопления:**

- голова находится низко в воде, рот на уровне воды;
- человек наклоняет назад голову, открывает рот;
- глаза как будто стеклянные и пустые, закрытые глаза;
- волосы на лбу или на глазах;
- держится в воде вертикально; не пользуется ногами;
- дышит часто и поверхностно, либо хватается ртом воздух;
- пытается перевернуться на спину;
- пытается выбраться из воды как по лестнице, но все движения почти всё время совершаются под водой;
- не отвечает на вопрос, имеет бессмысленный взгляд;
- наступает тишина во время шумной игры детей на воде.



***Помните! Если ребенок ушел под воду, следует немедленно провести комплекс реанимационных мероприятий — искусственное дыхание и закрытый массаж сердца.***



***Родители и работники оздоровительных учреждений должны знать об опасных моментах!***

**«Вторичное утопление»** характерно для детей, у которых бронхи не могут быстро избавиться от остатков воды посредством кашля. Оно случается, когда человек тонет в водоеме (или в бассейне), его успевают вытащить, он откашливается, и вроде бы как дышат нормально. Он может даже спокойно о чем-то рассказывать и вести себя как обычно. После того, как ребенок тонул, может пройти до трех дней без явных симптомов каких-либо проблем со здоровьем. Но тем временем эти проблемы нарастают. Появляется сильная усталость. Ребенок засыпает, вместе с тем постепенно развивается отек легких. В результате ребенок задыхается во сне.

***Если ребенок тонул, даже если «недолго» пробыл под водой, и он на первый взгляд вполне нормально себя чувствует, срочно обращайтесь за медицинской помощью!***

**«Сухое» утопление** происходит, когда организм и мозг «чувствуют», что сейчас придется «вдыхать» воду. В этот момент происходит спазм дыхательных путей. В легкие не входит ни вода, ни воздух, в результате человек остается без кислорода и задыхается.

***Сильная усталость и желание ребенка спать – повод для немедленного обращения за медицинской помощью!***

***Обязательно обращение к врачу, если у ребенка возникло затрудненное и учащенное дыхание, посинение губ, кашель, рассеянность, сильная слабость!***

## **КАК СОХРАНИТЬ ЖИЗНЬ ДЕТЕЙ?**

***Рекомендации для родителей:***

***Будьте бдительны! Обеспечьте постоянное наблюдение за детьми!***

### ***Летом***

- Не позволяйте детям плавать в одиночку и на расстоянии далее вытянутой руки.
- Надевайте на ребенка индивидуальное спасательное средство на пляже, озере, в лодке, рядом с мелким водоемом или бассейном до тех пор, пока не убедитесь, что ребенок научился хорошо плавать. Держите его под постоянным контролем!
- Не разрешайте ребенку прыгать в воду, если глубина водоема меньше полутора метров, а также в отсутствии взрослого человека.
- Не подпускайте детей к прудам и другим водоемам во время грозы.
- Обучайте детей элементам само- и взаимопомощи для предупреждения утопления.

### ***В ванной***

- Не оставляйте ни на мгновение ребенка одного в ванной - ребенок может утонуть даже в малом количестве воды.

### ***В бассейне***

- Домашний бассейн должен быть обнесен оградой со всех сторон. Ограда должна быть не менее двух с половиной метров в высоту с замком на воротах. Ворота должны автоматически закрываться, а замок — автоматически защелкиваться, расстояние между планками ворот не должно превышать 12 см.

### *Соблюдайте правила купания!*

- купание должно происходить только в разрешенных местах, на благоустроенных пляжах;
- не купайтесь у крутых обрывистых берегов с сильным течением, в заболоченных и заросших растительностью местах;
- категорически запрещается купание в состоянии алкогольного опьянения;
- температура воды должна быть не ниже 19 градусов, находиться в ней рекомендуется не более 20 мин., причем время пребывания в воде должно увеличиваться постепенно на 3-5 мин.;
- лучше купаться несколько раз по 15-20 минут, так как при охлаждении могут возникнуть судороги, произойти остановка дыхания и потеря сознания;
- не следует входить или прыгать в воду после длительного пребывания на солнце, так как при охлаждении в воде наступает сокращение мышц, приводящее к остановке сердца;
- не разрешается нырять с мостов, причалов, пристаней, подплывать к близко проходящим лодкам, катерам, судам;
- нельзя отплывать далеко от берега на надувных матрасах и кругах, если вы не умеете плавать;
- находясь на лодках, **опасно** пересаживаться, садиться на борта, перегружать лодку сверх установленной нормы, кататься возле шлюзов, плотин и посреди фарватера реки;
- важно знать, что ограничительные знаки на воде указывают на конец акватории с проверенным дном;

***Помните! Безопасность детей - забота взрослых!***