**[Безопасность на воде: советы для родителей маленьких детей](http://lib.komarovskiy.net/bezopasnost-na-vode-sovety-dlya-roditelej-malenkix-detej.html)**

**Авторы**: [American Academy of Pediatrics](http://lib.komarovskiy.net/author/american-academy-of-pediatrics.html)

опубликовано 19/06/2015 17:34 в рубриках [Детский отдых, спорт и путешествия](http://lib.komarovskiy.net/category/populyarnaya-medicina/detskij-otdyx-i-puteshestviya), [Купание и плаванье](http://lib.komarovskiy.net/category/populyarnaya-medicina/kupanie-i-plavane), [Неотложная помощь](http://lib.komarovskiy.net/category/specialistam/neotlozhnaya-pomoshh-2)

Вода — одна из самых зловещих опасностей, с которыми может столкнуться ваш ребенок. Маленькие дети могут утонуть и в нескольких сантиметрах воды, даже если они учились плавать.

**Уроки плавания — это не способ предотвратить утопление маленьких детей**

Ранее Американская академия педиатрии (ААП) высказывалась против уроков плавания для детей в возрасте от 1 до 3 лет из-за малого количества доказательств того, что эти уроки могут предотвратить утопление и значительно улучшить навыки таких маленьких детей. Кроме того, есть опасения, что родители становятся менее бдительными, контролируя ребенка, который немного научился плавать.

Но новые данные показывают, что дети в возрасте от 1 до 4 лет, которые получали уроки плавания, имеют меньше шансов утонуть. Однако пока исследований недостаточно и они не определили, какой тип занятий подходит детям такого возраста лучше всего, поэтому ААП еще не рекомендует обязательные уроки плавания для всех детей в возрасте от 1 до 4 лет. Следует ли ребенку посещать уроки плавания, должны решать его родители, основываясь на том, как часто ребенок бывает у воды, его эмоциональном развитии, физических способностях и индивидуальных особенностях состояния здоровья, на которые могут оказать влияние связанные с водой инфекции и химические вещества, используемые в бассейнах.

ААП также не рекомендует официальные программы по обеспечению безопасности на воде для детей младше 1 года.

И помните, что даже тот ребенок, который умеет плавать, должен находиться под наблюдением взрослых постоянно!

***Всякий раз, когда ваш ребенок находится рядом с водой, соблюдайте нижеследующие правила техники безопасности.***

**Правила техники безопасности для родителей маленьких детей**

* Не забывайте о тех местах, где ваш ребенок может столкнуться с водой (ванна, пруд, канава, фонтан, дождевая бочка, лейка и даже ведро, которое вы используете, когда моете свою машину). Опустошайте контейнеры для воды, когда не используете их. Детей «тянет» к таким вещам и местам, поэтому они должны быть под постоянным вашим наблюдением!
* Даже в неглубоком детском бассейне дети всегда должны быть под наблюдением взрослых. Взрослые обязаны находиться на расстоянии вытянутой руки, когда дети плещутся в бассейне или играют около него. Следует опустошать и прятать надувной бассейн каждый раз, когда заканчиваете игры в нем.
* Соблюдайте правила безопасности: не бегайте рядом с бассейном и не толкайте других в воду.
* Не допускайте, чтобы ваш ребенок использовал надувные игрушки или матрасы вместо спасательного жилета. Эти игрушки могут сдуться внезапно, и ребенок соскользнет с них там, где окажется слишком глубоко для него.
* Проследите, чтобы глубокие и мелкие места любого бассейна, где ребенок плавает, были четко обозначены. Не допускайте, чтобы ребенок прыгал и нырял там, где мелко.
* Бассейн должен быть полностью окружен забором высотой не менее 1,2 м, который отделяет бассейн от дома. Калитку в заборе следует сделать так, чтобы она закрывалась и защелкивалась самостоятельно, открывалась в противоположную сторону от бассейна и имела защелку на высоте не менее 1,4 метра. Регулярно проверяйте замок — в рабочем ли он состоянии. Калитку держите закрытой и запертой все время. Ребенок не должен иметь возможности открыть замок или перелезть через забор. Под забором и между его вертикальными планками расстояние не может быть больше, чем 10 см. Детские игрушки не следует хранить в бассейне или около него, когда вы их не используете, чтобы не вызвать у ребенка желания добраться до них.
* Если ваш бассейн имеет накрытие, полностью его снимайте перед тем, как плавать. Кроме того, никогда не позволяйте вашему ребенку ходить по накрытию бассейна — вода может скапливаться на нем и сделать его таким же опасным, как и сам бассейн. Ваш ребенок также может провалиться сквозь него и попасть в ловушку под ним.
* Постоянно держите спасательный круг с веревкой рядом с бассейном. Также желательно иметь под рукой номера телефонов спасательных служб.
* Термальные источники и джакузи также опасны для маленьких детей — в них можно легко перегреться и даже утонуть.
* На ребенке всегда должен быть спасательный жилет, когда он находится в воде или в лодке. Чтобы правильно подобрать спасательный жилет, попробуйте его стянуть через голову ребенка после того, как ремни были застегнуты. Если вы не можете этого сделать, то жилет подходит для ребенка. Дети в возрасте до пяти лет, особенно не умеющие плавать, должны быть одеты в спасательные жилеты со специальным воротником, который будет удерживать голову в вертикальном положении и лицо над водой.
* Для взрослых недопустимо употребление алкоголя, когда они плавают сами и тем более когда следят за детьми. Состояние опьянения представляет опасность для них лично и для малышей, которых они контролируют.
* Не отвлекайтесь, пока дети находятся в воде. Телефонные разговоры, работа на компьютере и другие задачи могут подождать, пока дети не выберутся из бассейна.