**[Утопление](http://articles.komarovskiy.net/utoplenie.html)**

опубликовано 06/07/2015 14:43 в рубрике [Неотложная помощь](http://articles.komarovskiy.net/category/neotlozhnaya-pomoshh), автор [Комаровский Е.О.](http://klubkom.net/users/21)

Абсолютное большинство рекомендаций по оказанию неотложной помощи в качестве ключевого совета содержат требование: *спасатель должен прежде всего обеспечить собственную безопасность*. С этой позиции *спасение утопающего — одно из наиболее рискованных действий для того, кто пытается быть спасателем*. Не подготовленный физически и не владеющий специальными навыками спасения на воде человек может помочь лишь на мелководье, в детском бассейне, в ситуации, когда тонет маленький ребенок, т. е. тогда, когда для спасения надо протянуть руку, но не надо самому держаться на воде и куда-то плыть.

Никакая книга не подготовит вас физически и не научит технике спасения утопающих.

ВНИМАНИЕ!  
***Не уверены в своих силах, не чувствуете дна под ногами — кричите, зовите на помощь, но не умножайте своим энтузиазмом число тонущих!***

Если все-таки помогаете, старайтесь делать это, не заходя в воду, с использованием подручных (веревки, палки, надувные круги и т. п.) и плавающих (лодки, катера и т. п.) средств.

ВНИМАНИЕ!  
**На этапе неотложной помощи *не имеет никакого значения:***

* *какая вода* (соленая, пресная, хлорированная);
* *сколько лет спасаемому*;
* *какой цвет его кожи* (бледный, синий);
* *сколько времени он провел под водой* (при том очевидном условии, что нет признаков биологической смерти).

Неотложную помощь следует оказывать всем утонувшим до появления профессиональных спасателей.

И еще раз ВНИМАНИЕ!

***Тактика ваших действий будет всегда одинакова!***

\*\*\*

Первоочередная задача — ***как можно быстрее извлечь пострадавшего из воды***.

*Если ребенок не подает признаков жизни:*

* уложите его на спину;
* удалите мешающую одежду;
* приступите к ***сердечно-легочной реанимации*** (комплексу мероприятий, направленных на выведение организма из состояния клинической смерти).

*Реанимационные мероприятия состоят из трех последовательных этапов:*

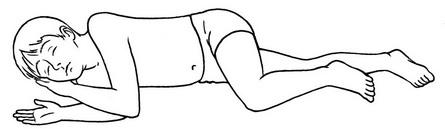
* *массаж сердца;*
* о*беспечение проходимости дыхательных путей;*
* *искусственное дыхание.*

***Если ребенок не подает признаков жизни,* НЕ НАДО *тратить время на попытки удаления воды из легких:***

* укладывать пострадавшего животом вниз — на колено спасателя и т. д.;
* поднимать спасаемого за ноги;
* стучать ему по спине.

ВНИМАНИЕ!  
**Ни вы (прочитав), ни я (написав) не ошиблись: тратить время на попытки удаления воды из легких НЕ НАДО!  
Воды в легких либо нет, либо мало (она всосалась в кровь), либо ее невозможно удалить вышеописанными способами. То небольшое количество воды, которое удалить все-таки можно, будет удалено при проведении массажа сердца в процессе реанимации.**

*Если у пострадавшего есть: сознание/дыхание/кашель/движения конечностей/рвотные позывы или если что-либо из перечисленного появилось во время проводимой вами реанимации:*

* предоставьте ребенку возможность занять положение, наиболее удобное именно ему, или уложите его в***устойчивое положение на боку****;*
* ни на секунду не отходите от пострадавшего и не сводите с него глаз: состояние может ухудшиться и потребовать реанимационных мероприятий в любой момент;
* снимите мокрую одежду;
* интенсивно согрейте — не просто заверните в сухое, а используйте теплую одежду, одеяла, еще лучше (если окажутся под рукой) — электрогрелки, тепловентиляторы, фены и т. п. Если есть возможность, занесите ребенка в теплое помещение или положите возле костра;
* если ребенок в сознании (способен сидеть) и нет рвоты, желательно давать небольшими глотками теплое питье (вода, чай, компот).

ВНИМАНИЕ!  
**Каким бы благополучным на ваш взгляд ни было состояние ребенка, его в обязательном порядке следует доставить в стационар для врачебного наблюдения. После любого утопления резкое ухудшение состояния — скорее правило, нежели исключение!**

\*\*\*

**Профилактика**

* *Учите детей плавать.*
* *Тех, кто плавать умеет, учите отдыхать на воде.*
* *Пользуйтесь оборудованными пляжами.*
* *Любое движение ребенка по направлению к воде должно быть согласовано со взрослыми.*
* *Нельзя, чтобы дети купались без присмотра, даже если они умеют плавать. Очень важно при этом, чтобы присматривающий взрослый не боялся воды и не находился под воздействием горячительных напитков.*
* *Не купайтесь долго в холодной воде.*
* *Не разрешайте толкать друг друга или прыгать друг на друга во время пребывания в воде.*
* *Категорически запрещайте ребенку нырять, если он не умеет плавать.*
* *Не разрешайте детям заплывать далеко или за буйки, переплывать водоемы.*
* *Строго наказывайте за игры с криками «тону!»*
* *Не разрешайте детям ныряние, не проверив предварительно глубину водоема и состояние дна.*
* *Категорически запрещайте прыгать в воду в незнакомых местах и с обрывов.*
* *Ребенку, который не умеет плавать, нельзя заходить в воду без надувного жилета* *(круга, нарукавников) и дальше, чем по пояс.*
* *Огромная осторожность с надувными матрацами, лодками, кругами. Не разрешайте детям пользоваться ими самостоятельно там, где глубоко, ветер, течение, волнение моря.*
* *Не перегружайте лодки.*
* *Ребенок в лодке обязательно должен быть одет в спасательный жилет.*
* *Не ныряйте с лодок, не пересаживайтесь, не садитесь на борт и запрещайте это детям.*
* *Не выплывайте на судоходный фарватер.*
* *Помните, что в бассейнах тонет больше детей, чем в открытых водоемах.*
* *Не оставляйте ребенка одного в ванне или бассейне.*
* *Не доверяйте старшим детям следить за младшими во время купания где угодно* *(в реке, в бассейне, в ванне).*
* *Опорожняйте емкости с водой* *(тазы, ведра, ванны) сразу после использования.*
* *Емкости, постоянно заполненные водой* *(например, бочка во дворе), должны быть недоступны для детей или закрыты.*
* *Ограждайте и закрывайте бассейны, колодцы, ванные комнаты.*

(Данная публикация представляет собой адаптированный к формату статьи фрагмент книги   
Е. О. Комаровского [«Справочник здравомыслящих родителей. Часть 2. Неотложная помощь»](http://www.komarovskiy.net/knigi/neotlozhnaya-pomoshh-vtoraya-chast-spravochnika).)

**Материалы по теме:**

*Библиотека:*

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

Всемирная организация здравоохранения - [Утопления](http://lib.komarovskiy.net/utopleniya.html)