**Дети часто тонут на глазах у ничего не замечающих родителей**

Если вы хотя бы иногда бываете в воде или рядом с ней (что можно сказать о большинстве из нас), вам следует убедиться, что все в вашей компании знают, на что обращать внимание, когда кто-нибудь заходит в воду. Утопление — почти всегда обманчиво тихий процесс. Размахивание руками, брызги и крики, которые так часто изображают в фильмах, почти не происходят в жизни.

Реальная или кажущаяся опасность задохнуться водой вызывает так называемую *инстинктивную реакцию утопающего*, названную так кандидатом наук Франческо А. Пиа. И эта реакция выглядит совсем не так, как думает большинство. Никакого хлопания по воде, брызг и криков. Чтобы лучше представлять, как тихо и совершенно незрелищно выглядит этот процесс с берега, подумайте вот о чём. Утопление — это вторая по частоте причина смерти от несчастного случая у детей до 15 лет (первая — автомобильные аварии). Из примерно 750 детей, которые утонут в следующем году, примерно 375 утонут менее чем в 22 метрах от родителей. **Из десяти утонувших детей один тонет прямо на глазах у родителей, не понимающих, что происходит.** *(Источник: Центры по контролю и профилактике заболеваний США.)* Утопление не выглядит таковым. Франческо Пиа так описал его в журнале "Coast Guard's On Scene" *(журнал береговой службы)*:

* За редким исключением, тонущие люди физиологически неспособны позвать на помощь. Дыхание — основная функция дыхательной системы, а речь — дополнительная. Чтобы говорить, необходимо иметь возможность дышать.
* Рот утопающего периодически скрывается под поверхностью воды и появляется снова. Времени, которое рот находится над водой, недостаточно, чтобы выдохнуть, вдохнуть и позвать на помощь. Утопающий успевает только быстро выдохнуть и вдохнуть.
* Утопающие не могут размахивать руками, зовя на помощь. Инстинкты заставляют их раскинуть руки в стороны и отталкиваться от воды, пытаясь поднять тело вверх, чтобы рот показался над поверхностью и они могли сделать очередной вдох.
* При инстинктивной реакции утопающего человек не может управлять движениями рук. Утопающий физиологически неспособен перестать совершать инстинктивные движения и начать совершать осмысленные, например, размахивать руками, двигаться к спасателю или хвататься за спасательные приспособления.
* Пока продолжается инстинктивная реакция утопающего, тело человека остаётся вертикально в воде, без малейших признаков поддерживающих движений ногами. Если его не спасут, утопающий может продержаться в воде от 20 до 60 секунд перед полным погружением.

*(Источник: "On Scene Magazine", осенний номер, 2006 г.)*

Это не означает, что люди, бьющие руками по воде и зовущие на помощь, не в беде — они в панике и им действительно нужна помощь. **Паника**, которая не всегда предшествует инстинктивной реакции утопающего, длится не очень долго. Но зато люди в этом состоянии, в отличие от инстинктивной реакции утопающего, ещё могут помочь спасателю, например, схватиться за спасательный круг.

Есть и другие признаки, что человек тонет:

* Держит голову низко в воде, рот на уровне воды
* Наклоняет назад голову, открывает рот
* Глаза стеклянные и пустые, не фокусируются
* Глаза закрыты
* Волосы на лбу или на глазах
* Не пользуется ногами; стоит в воде вертикально
* Дышит очень часто и поверхностно, либо хватает ртом воздух
* Пытается перевернуться на спину
* Пытается выбраться из воды как по верёвочной лестнице, но движения почти всё время под водой

Так что если член экипажа упал за борт и всё выглядит нормально — не будьте столь уверены. Иногда самый простой признак, что человек тонет — что он не выглядит утопающим. Казалось бы, он просто балансирует в воде, глядя на лодку. Хотите знать наверняка? Спросите, в порядке ли он. Если вам ответят — всё скорее всего в порядке. Если ответом будут молчание и бессмысленный взгляд — у вас может оставаться меньше 30 секунд, чтобы спасти его. И ещё, родителям: **когда дети играют в воде, они шумят. Если шум стих — подойдите и выясните, почему.**

**И добавление от спасателей:**

Для себя спасатели делят состояние утопления на четыре типа:
1. Паника
2. «Поплавок»
3. «Му-му»
4. Тихое утопление

1. Паника — она и есть паника. Очень активное махание руками. Крики о помощи (или действия для привлечения внимания). Паника возникает при осознании того, что САМ ты не выплывешь (устал, ногу/руку свело, и т. д.)

2. «Поплавок» — при попадании воды в дыхательные пути, что вызывает кашель. Непроизвольно человек пытается вытащить голову, как можно выше над водой. Откашливается, но вдохнуть полноценно не успевает, и заканчивает вдох уже ниже «ватерлинии». И процесс повторяется. Длительность процесса — зависит от физических способностей. Для тонущего — окружающий мир «перестает существовать».

3. «Му-му». Состояние — очень точно описано в статье. Стеклянный взгляд, частое поверхностное дыхание, «собачьи движения» руками, и НИ ЗВУКА!

4. Тихое утопление. Возникает при тепловом ударе, сердечном приступе, кровоизлиянии в мозг (паралич). Практически никогда не спасается, т. к. человек просто уходит под воду и не выныривает.

**Что делать на каждой стадии?**

ПАНИКА!
Наиболее заметный вариант, но спасать сложно. Т. к. тонущий еще очень жизнеспособен и считает «СПАСАТЕЛЬ НЕ ТОНЕТ» и надо за него уцепиться. Брошенный ему спасательный круг — это вариант собственного спасения спасателя, если что-то пойдёт не так… Существуют специальные приемы (освобождение от захвата, блокирование тонущего и др.), но необученный человек, даже умея плавать, вряд ли сможет их применить. Поэтому будьте особенно осторожны с такими тонущими.

ПОПЛАВОК!
Спасать проще — заметить сложнее. Активностью и агрессивностью не отличается, но вот скорую вызывать нужно, т. к. может быть постутопление (вода может попасть в легкие).

«МУ-МУ»
Спасти трудно, т. к. очень мало времени на реагирование когда объект НАД водой. А когда уже под водой — только если повезет…

Тихое утопление.
Этим все сказано. Плыл, плыл, плыл… вдруг скрылся под водой и не вынырнул… А спасатель и не увидел. Только потом (по одежде или по беспокойству товарищей) начинаются поиски. Но обычно уже поздно…

**И в завершение - три главных правила купания в водоемах:**

1 – не купаться пьяным;
2 – резко не заходить в воду, погревшись на солнце;
3 – не купаться в необорудованных местах. В идеале - купаться на виду у спасателей.

Соблюдая эти правила и помня всё написанное выше, вы можете спасти не только свою жизнь, но и жизни других людей.

**Метки:** [безопасность](http://vlboat.ru/content/tags/53.htm), [спасение](http://vlboat.ru/content/tags/72.htm)