

Каждое лето тонут дети – даже те, кто на пляже с родителями

На лето приходится пик несчастных случаев в воде. Ежегодно тонут даже опытные пловцы. Но среди тех, кто особенно под угрозой – дети. По статистике МЧС России, в 2022 году только с начала купального сезона по середину лета в стране утонули 620 человек, каждый пятый из которых был несовершеннолетний. ВОЗ называет утопление третьей по значимости причиной смерти во всем мире для лиц в возрасте до 14 лет, уточняя, что наибольшему риску подвержены дети младше 5 лет.

К сожалению, фиксируются случаи гибели детей, которые поехали на отдых с родителями за границу: не только в море, но и в бассейнах на территории отелей.

Страховая компания «Согласие» публикует рекомендации специалистов для того, чтобы отдых не привёл к трагедии.

Не оставляйте детей без внимания ни на минуту

Дети, как и взрослые, вопреки убеждениям многих – не кричат и не зовут на помощь, когда тонут: все усилия направлены на то, чтобы успеть захватить как можно больше воздуха. Поэтому, даже находясь поблизости от ребёнка, легко не заметить вовремя опасную ситуацию. Как отмечают эксперты медицинского блока «Согласия», компенсаторные возможности детей ограничены, в связи с чем они быстро теряют сознание, находясь некоторое время под водой, и это происходит гораздо быстрее, чем со взрослыми.

«В прошлом году произошел страховой случай: 7-летний мальчик при отдыхе в Турции утонул в плавательном бассейне в отеле. Родители, хотя и были рядом, пропустили

критический момент и просто не успели вовремя вытащить его из воды и спасти», – рассказывает директор по андеррайтингу личных видов страхования компании «Согласие» Олеся Сабанова.

Специалисты подчёркивают, что предельно важно непрерывно наблюдать за купающимися малышами, не отвлекаясь на что-либо, и меняться в присмотре за детьми каждые 15-20 минут, чтобы не терялась концентрация внимания.

Разрешайте нырять только на проверенных пляжах, не позволяйте прыгать в воду с высоты

Травмы при нырянии – одна из наиболее частых причин тяжёлых последствий для здоровья и летальных исходов – как у детей, так и взрослых. Дно должно быть проверенным, без мусора, осколков, упавших веток деревьев; вода – прозрачной. В этом отношении наиболее непредсказуемы водоёмы на дачах, озёра с мутной водой. Желательно планировать отдых на организованных пляжах с исследованной береговой линией.

Кроме того, стоит рассчитывать риски при прыжках в воду с высоты: вероятность получения травмы существенно увеличивается. Особенно опасно нырять головой вперед.

Там, где есть течение, купайтесь вместе с детьми, расскажите им, что делать, если их уносит

В реках и море с интенсивным течением малыша может быстро подхватить поток. Такие зоны представляют опасность даже для тех, кто умеет плавать. Поэтому лучше заходить в воду только вместе, держась поблизости от берега, по крайней мере в первые несколько дней отдыха, пока не изучите особенности местного водоема, характер подводных течений. Это особенно актуально, если местность вам не знакома.

Главное правило, о котором требуется рассказать ребёнку – попав в стремительный

поток, не нужно плыть против течения и пробовать встать на ноги. Если плыть против течения, силы быстро иссякнут, и вряд ли таким образом удастся выбраться на берег. А, встав на ноги, под напором воды можно упасть и потерять доступ к воздуху. Поэтому, когда течение уносит, нужно лечь на спину ногами вперед, пальцы ног направить вверх и приподнять голову, чтобы можно было видеть направление движения. Когда течение станет менее сильным, с помощью рук можно попробовать изменить движение, чтобы выплыть к берегу.

Если течение уносит в море, нужно стараться плыть параллельно берегу – если ребёнок умеет плавать.

В любом случае прежде всего стоит громко кричать и звать на помощь окружающих. Хорошо, если ребенок при отдыхе за границей будет знать несколько слов или фраз на английском языке – «help», «I need help» и пр.

Следуйте рекомендациям на пляжах

Следите, чтобы дети не заплывали далеко от берега, в т. ч. на плавательных матрасах и других нетонущих средствах. Выводите их из воды при запрете купания из-за погодных условий. Большие волны могут сильно ударить об камни или буйки, что приведёт к травмам.

Узнайте больше о подводных обитателях

В дачных водоёмах, где илистое дно и стоячая вода, купающихся часто подстерегают пиявки. Чтобы избавиться от присосавшейся к телу кровопийцы, нужно поднести к ней вату, смоченную в спирте или йоде. Отрывать пиявку не стоит, так как, во-первых, это может оказаться бесполезно, во-вторых – если и получится избавиться от неё таким образом, то в ране останутся хитиновые зубы, что приведёт к воспалению, предупреждают специалисты.

В море и океане чаще всего доставляют неприятности морские ежи. Иногда – медузы и

ядовитые рыбы. Реже всего – скаты. Устранить неприятные ощущения после контактов со всеми этими обитателями помогает уксус, которым нужно полить сверху рану.

К исключительным случаям относятся нападения акул. Эксперты отмечают, что здесь исход ситуации во многом зависит от удачи и банального везения. Каких-либо реально работающих рекомендаций о том, как спастись от акулы, не существует.

Спасение

Тонущие люди, независимо от возраста, крепко цепляются за того, кто оказывается рядом, и затягивают под воду: при угрозе жизни человек любыми средствами пытается оказаться на поверхности.

Чтобы не погибнуть при спасении, к утопающему следует по возможности подплыть сзади, подхватить за шею, приподняв подбородок, чтобы его рот и нос оказались на поверхности, а дыхательные пути были открыты, и в таком положении вытащить на берег.

Расскажите ребёнку, что, если он увидит тонущего, то ему нужно срочно громко позвать на помощь взрослых, по возможности бросить оказавшемуся в беде надувной мяч, круг или матрас.

Первая помощь

Вызовите скорую (желательно попросить об этом кого-то из окружающих, чтобы не тратить время в ситуации, когда требуется реанимация). Проверьте, есть ли дыхание. Если есть, то до приезда медиков положите пострадавшего набок, очистите рот от водорослей, ила, слизи, инородных предметов, если они присутствуют в ротовой полости.

Если человек не дышит – необходимо начать сердечно-легочную реанимацию. Для этого уложите его на спину на плоскую твердую поверхность, запрокиньте голову назад, зажмите нос, глубоко вдохните и, плотно прижавшись губами ко рту, выдохните в лёгкие пострадавшего. Повторите. После этого, если помощь оказывается ребёнку или подростку, одной ладонью 30 раз нажмите на грудную клетку (отмерьте примерно 2-4 см вверх от мечевидного отростка – в эту точку и нужно нажимать). Взрослым нажатия на грудную клетку проводятся двумя ладонями, сложенными одна поверх другой. Таким образом, сердечно-легочная реанимация проводится в соотношении 2:30 (каждые два вдоха должны чередоваться с 30 надавливаниями на грудную клетку). Глубина нажатий должна быть 4-5 см, иначе ваши реанимационные мероприятия будут неэффективными.

«Если вы находитесь на отдыхе за границей, собираясь на пляж, важно взять с собой копию страхового полиса и загранпаспорта, либо просто сфотографировать эти документы смартфоном. При угрозе утопления – даже тогда, когда всё обошлось благополучно – необходимо обратиться к врачу, во многих случаях будет требоваться госпитализация и наблюдение врачей, особенно, если речь идет об утоплении в солёной воде. Для получения медицинской помощи за счёт страховщика, необходимо обратиться в сервисную компанию, контакты которой указываются в полисе. Помощь в иных клиниках будет оказываться на коммерческой основе. Если же ваш отдых проходит в России, то также будет полезным иметь при себе копию или фото паспорта, полиса ОМС, либо дополнительного страхового полиса путешественника, который приобретается у страховщика по желанию для организации медпомощи за пределами постоянного места жительства, покрытия расходов на медикаменты и иные услуги, которые могут потребоваться из-за возникших в поездке проблем со здоровьем», – отметила директор по андеррайтингу личных видов страхования компа

Википедия страхования