

## Помощь при утоплении

Спасая утопающего, соблюдайте осторожность: подплывать к нему следует сзади, захватить за волосы, воротник одежды или под мышки, повернуть лицом вверх и плыть к берегу. Если утопающий инстинктивно захватывает спасателя, надо, сделав вдох, погрузиться в воду. Почувствовав это, утопающий инстинктивно отпускает спасающего. Во всех случаях, когда есть возможность, надо использовать подручные средства для увеличения плавучести: лодку, бревна и т.п.

Если спасенный наглотался воды, но не потерял сознания, на берегу может начаться рвота, а затем обморочное состояние. Его нужно раздеть, досуха вытереть и уложить, укутав. Если не было рвоты, ее нужно вызвать, раздражая корень языка. При обмороке следить, чтобы голова была низко опущена. Это необходимо для увеличения прилива крови к голове. С этой же целью можно приподнять ноги. Лицо надо обрызгать холодной водой и дать вдохнуть нашатырного спирта. Когда пострадавший придет в себя, дать крепкого чая или кофе.

Если пострадавшего извлекли из воды без сознания, надо удалить изо рта и глотки ил, слизь и рвотную массу, а затем воду из дыхательных путей и желудка. Для этого его кладут грудью на колени тому, кто оказывает помощь, так, чтобы голова была ниже грудной клетки. Затем куском ткани очищают рот и глотку. После энергичными движениями надавливают на спину, добиваясь сжатия грудной клетки. Таким путем удаляют воду из легких. После этого, уложив его лицом вверх и укутав, делают искусственное дыхание, а при отсутствии сердцебиения наружный массаж сердца.

Следует помнить, что оживление утонувшего занимает иногда несколько часов. Транспортировку (если это не машина скорой помощи) можно осуществлять только после восстановления дыхания и сердечной деятельности и быть готовым в дороге продолжить искусственное дыхание и массаж сердца.