

# ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ УТОПЛЕНИИ

1



Извлеките утопающего из воды. Подплывите сзади. Положите голову пострадавшего себе на грудь и, поддерживая утопающего на плаву, плывите к берегу.

2

Вызовите экстренную службу 112, 101, 102 или 103 и позовите на помощь

3



Переверните пострадавшего лицом вниз, опустите голову ниже таза.

4

Очистите ротовую полость!



5



Если нет пульса и рвотных масс, то положите пострадавшего на спину и приступайте к искусственному дыханию и непрямому массажу сердца.

6

**НЕЛЬЗЯ** оставлять пострадавшего без присмотра!  
**НЕЛЬЗЯ** самостоятельно перевозить пострадавшего (ждите приезда скорой помощи)

ВЫЗОВ ЭКСТРЕННОЙ СЛУЖБЫ



112, 101, 102, 103



Московское отделение Санкт-Петербургского отделения  
Общероссийской общественной организации  
«Всероссийское добровольное пожарное общество»  
Ул. Ташкентская, д. 1, литер А  
Тел.: +7 (911) 935-01-01  
e-mail: 11@vdpo78.ru  
11.vdpo78.ru

СПБ ГКУ «ПСО Московского района»  
ул. Штурманская, д.6, к.5, лит.А, к. И, лит. Б  
Тел.: +7 (812) 704-52-21



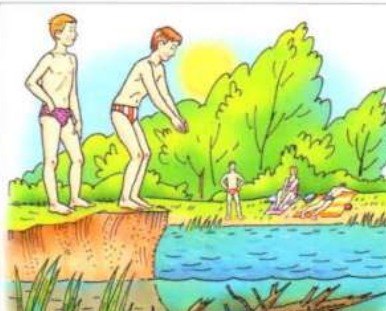
# Управление по Московскому району Главного управления МЧС России по г. Санкт-Петербургу **НАПОМИНАЕТ О ПРАВИЛАХ БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ:**



Купайтесь только в разрешенных местах, на благоустроенных пляжах!



Не купайтесь в незнакомых и неизвестных водоемах!



Не ныряйте в местах с неизвестным рельефом дна!



Не заплывайте за ограничительные знаки в местах отведенных для купания! Не подплывай к большим судам, весельным лодкам, баржам!

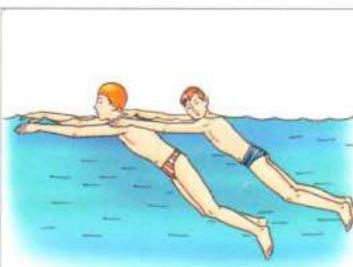
## ОКАЗАНИЕ ПОМОЩИ ТЕРпяЩИМ БЕДСТВИЕ НА ВОДЕ



Если при плавании свело ногу, то необходимо на секунду погрузиться с головой в воду и, распрямив ногу, сильно потянуть рукой ступню на себя за большой палец.



Если тонущий может еще какое-то время самостоятельно оставаться на поверхности воды, то достаточно бросить ему спасательный круг, за который он может держаться, пока к нему не подплывет спасатель.



Если вы хороший пловец, то такой способ транспортировки пострадавшего в воде наиболее приемлем.



Подплывать к тонущему следует острожно. Брать утопающего безопаснее всего сзади под мышки и, поддерживая его лицо над водой, плыть к берегу.