

**ПАМЯТКА НАСЕЛЕНИЮ  
ПО ОКАЗАНИЮ ПОМОЩИ ЛЮДЯМ, ТЕРПЯЩИМ БЕДСТВИЕ НА ВОДЕ**

**ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПОСТРАДАВШЕМУ  
ПРИ УТОПЛЕНИИ**

Вытащив на берег, осмотрите потерпевшего: рот и нос могут быть забиты тиной или песком, их надо немедленно очистить (пальцами, повернув голову человека на бок). Затем положите пострадавшего животом на свое колено (голову свесить лицом вниз) и сильно нажав, выплесните воду из желудка и дыхательных путей и начните делать искусственно дыхание.



Если у пострадавшего не бьется сердце, искусственное дыхание надо сочетать с непрямым массажем сердца. Хорошо, если помощь оказывают двое. Тогда один делает искусственное дыхание, другой затем – массаж сердца.



**Не останавливайте меры по реанимации  
до прибытия «скорой помощи»:  
благодаря вашим действиям организм  
еще может жить.**

Разумеется, приемы оживления и спасения совсем непросто применять без практики, и надо бы таким вещам учиться заранее. Но даже если у вас нет никакой подготовки – действуйте! Надо использовать любой шанс!

**ПРИ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ ЗВОНИТЕ:  
01 или 112**