Консультация для родителей

«ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ДЕТЯМ ПРИ УТОПЛЕНИИ»

Именно поэтому их никогда нельзя оставлять без присмотра возле водоемов. Мало, кто из детей умеет надолго задерживать дыхание, а в шоковых ситуациях они пугаются, начинают плакать и широко открывают рот. В итоге жидкость за доли секунды попадает в дыхательные пути и ребенок захлебывается водой и погибает.

**Помните,** что надувные круги, спасательные жилеты и прочие изделия, которые хоть и предназначены для предотвращения беды на воде, на самом деле не могут полностью защитить ребенка . Они могут порваться и сдуться, или ребенок может просто выскользнуть из них.
В том случаи, если с ребенком все же произошло несчастье, исход такого происшествия зависит, прежде всего, от навыков взрослого по оказанию первой помощи при утоплении.
**Как понять, что ребенок тонет?**
Необходимо постоянно обращать внимание на позу и поведение детей в воде, когда ребенок начинает тонуть, он чаще всего не может дать знать, что он в беде. Еще один верный признак, что с детьми не все в порядке это их шум. Дети никогда не ведут себя тихо на воде, и если они притихли, значит что-то не в порядке. Признаки утопления детей похожи на признаки тонущего взрослого человека:
- голова ребенка откинута назад и открыт рот;
- может плавать лицом вниз;
- задыхается;
- пытается безуспешно плыть, а проще говоря, «барахтается в воде».
Если заметили хоть один из этих признаков, немедленно нужно прийти на помощь и как можно быстрее вытащить ребенка на берег. Но прежде всего, обеспечьте собственную безопасность, так как спасение утопающего является очень рискованным действием для того, кто пытается быть спасателем. Не подготовленный человек без риска для себя может помочь лишь на мелководье, в детском бассейне, в ситуации, когда не надо самому держаться на воде и куда-то плыть. Если вы не уверены в своих силах - кричите, зовите на помощь, но не умножайте своим энтузиазмом число тонущих! При спасении ребенка используйте по возможности подручные (веревки, палки, надувные круги и т. п.) и плавающие (лодки и т. п.) средства.
Ребенок, вытащенный из воды, может быть в сознании, без сознания, в состоянии ступора или заторможенности. Также наблюдаются изменения пульса: он может быть учащен, замедлен или отсутствовать. Сердце работает с перебоями, возможна его остановка. Дыхание, если есть, поверхностное. Часто наблюдается рвота и кашель с пенистой мокротой. Живот вздут. Кожа бледная, холодная, с синюшным оттенком. После извлечения пострадавшего из воды, у Вас есть всего несколько минут для оказания первой помощи, чтобы предотвратить возникновение необратимых изменений в органах и мозге из-за острой недостаточности кислорода, так как мозг способен функционировать всего 5-6 минут без кислорода. И если первая помощь не оказана вовремя, наступает смерть. Реанимационные мероприятия состоят из трех последовательных этапов: обеспечение проходимости дыхательных путей, искусственное дыхание и массаж сердца.
Первая помощь при утоплении ребенка имеет четкий стандартный алгоритм неотложных действий, который должны знать родители и включающий в себя следующие мероприятия:
1) позовите на помощь, попросите вызвать «Скорую помощь»,
2) проверьте находиться ли ребенок в сознании.
Для этого ребенка нужно уложить на спину, на любую жесткую поверхность, позвать ребенка по имени и потрясти за плечи, у младенцев - провести интенсивные похлопывающие движения по пятке. Если ребенок не реагирует на ваши действия, значит, он находится без сознания.
3) проверьте, дышит ли ребенок.
Для этого нужно положить одну руку на лоб ребенка, один палец другой руки поместить на подбородок и немного запрокинуть его голову назад. Приподнимите подбородок, приложите ухо ко рту малыша, следите за его грудной клеткой, и в этой позе не дольше, чем за 10 секунд, надо постараться услышать или почувствовать дыхание ребенка, заметить движение его грудной клетки.

4) начинайте проводить искусственное дыхание «рот в рот», если ребенок не дышит.
Искусственное дыхание должно быть таким: - немного запрокиньте ребенку голову и приподнимите его подбородок; - зажмите ребенку нос рукой, которая лежит на лбу; - приоткройте рот ребенка, сохраняя подбородок в приподнятом положении; - задержите свое дыхание и обхватите своими губами рот ребенка, детям до 1 года своими губами следует обхватывать и нос, и рот одновременно; - 1-1,5 секунды дуйте в рот ребенка, наблюдая, приподнимается ли его грудная клетка; - объем вдыхаемого воздуха не должен быть больше того, который у вас сохраняется во рту, так как больший объем воздуха может травмировать легкие ребенка; - удерживая запрокинутую голову и приподнятый подбородок, освободите рот ребенка и следите за тем, как воздух вырывается из его грудной клетки; - повторите всю процедуру пять раз.

5) проверьте работу сердца ребенка. Для этого нужно постараться прощупать пульс на сонных артериях на боковой поверхности шеи в течение нескольких секунд, или ухом, приложенным к грудной клетке ребенка, услышать сердцебиение.

6) приступить к непрямому массажу сердца, если признаков сердцебиения нет. Проведение непрямого массажа сердца: - опуститесь перед ребенком на колени; - освободите грудную клетку от одежды; - для старших детей: положите на низ грудины ладонь одной руки, а поверх ее ладонь другой руки, - для младших детей (1- 5 лет): вдоль продольной оси грудины положите основание правой руки на область, где ребра соединяются с грудиной, - надавливайте на тело так, чтобы грудная клетка опускалась на три-четыре сантиметра, так как именно это обеспечивает необходимую стимуляцию сердца, поверхностные нажатия не вызывают сокращений сердца, а чрезмерное нажатие приводит к травмам; - провести тридцать ритмичных толчков грудной клетки.

7) далее следовать циклу – тридцать приемов непрямого массажа сердца и два приема искусственного дыхания.
За одну минуту необходимо проводить 100-120 надавливаний на грудную клетку и 12-20 вдохов, до возобновления сердечной деятельности и дыхания.
После каждой минуты реанимации прощупывайте пульс в течение нескольких секунд. Если пульса нет, то следует продолжить массаж сердца и искусственное дыхание. Если пульс нащупан, нужно проверить, дышит ли ребенок самостоятельно. Если ребенок не дышит, продолжить искусственное дыхание, периодически проверяя пульс и дыхание. Как только у ребенка восстановятся пульс и дыхание, мероприятия прекращают, но периодически проверяют пульс и дыхание до приезда скорой медицинской помощи.
Реанимировать ребенка нужно не менее 40 минут, особенно после его извлечения из холодной воды, так как детский организм способен пережить до 1 часа клинической смерти в ледяной воде без нарушений в центральной нервной системе. После возобновления дыхания и пульса нужно уложить ребенка набок и согреть.
Особого внимания заслуживают дети, у которых можно заподозрить травму шеи или позвоночника, что часто характерно для ребят, которые прыгают в воду головой вперед. При оказании помощи такому ребенку следует учитывать ряд моментов: не стоит двигать ребенка без особой надобности, не следует подкладывать под голову свернутые вещи. Голова, тело и шея ребенка всегда должны находиться в одной плоскости, поворот на бок, осуществляют, придерживая голову и шею так, чтобы все тело переворачивалось одновременно. В противном случае травма позвоночника может быть только усугублена.
**Если у пострадавшего ребенка есть: сознание, дыхание, кашель, движения конечностей, позывы на рвоту или они появились во время оказания помощи:**

• дайте ребенку возможность занять наиболее удобное именно ему положение, или уложите его в устойчивое положение на боку;
• не отходите от ребенка и не сводите с него глаз: состояние может ухудшиться и потребовать оказания помощи в любой момент;
• снимите мокрую одежду;
• интенсивно согрейте ребенка - заверните в сухую теплую одежду, одеяла, по возможности, занесите ребенка в теплое помещение или положите возле костра, используйте грелки, тепловентиляторы и т. п.;
• если ребенок в сознании, способен сидеть, и нет рвоты, нужно давать небольшими глотками теплое питье - вода, чай, компот и т.д.

**Запомните следующие правила:**
• Учите детей плавать.
• Тех, кто плавать умеет, учите отдыхать на воде.
• Пользуйтесь оборудованными пляжами.
• Любое движение ребенка к воде должно быть согласовано со взрослыми.
• Нельзя, чтобы дети купались без присмотра, даже если они умеют плавать.
• Категорически запрещайте ребенку нырять, если он не умеет плавать, или, не проверив предварительно глубину водоема и состояние дна.
• Не разрешайте детям заплывать далеко или переплывать водоемы.
• Категорически запрещайте прыгать в воду в незнакомых местах и с обрывов.
• Ребенку, который не умеет плавать, нельзя заходить в воду без надувного жилета (круга, нарукавников) и дальше, чем по пояс.
• Должна быть огромная осторожность при купании детей с надувными матрацами, лодками, кругами.
• Ребенок в лодке обязательно должен быть одет в спасательный жилет.
• Не ныряйте с лодок, не садитесь на борт и запрещайте делать это детям.