

Безопасность детей при плавании в открытых водоемах



Пожалуй, именно плавание является самым полезным и общеразвивающим видом спорта, а главное, что оно еще и безопасно, ведь есть такие виды спорта, где травмы встречаются очень часто. Но плавание в бассейне под присмотром специалиста, это одно, а вот плавание на открытых водоемах - совсем другое. Для этого нужно сделать его безопасным и учесть ряд важных моментов.

Обязательно проверьте дно

Любой водоем таит в себе опасность, а те реки и озера, которые находятся в городах или рядом с чертой зачастую превращаются в бытовой мусоросборник. Конечно же, вы не сможете проверить водоем на чистоту воды, но обеспечить чистое дно для входа и выхода в воду вам вполне по силам. Нужно проверить дно на предмет всевозможных стеклянных осколков, досок с гвоздями, металлических торчащих предметов, острых раковин, да и всего, что может причинить ранение.

Проверка на силу течения

Течение — это незаметный враг, для детей течение представляет особенную опасность. Как правило, дети, хоть немного научившись плавать, начинают демонстрировать свои успехи, в итоге, не рассчитав свои силы, их подхватывает течение, которое очень быстро относит далеко и на глубину.

При сильных течениях на реках в определенных местах образуются крутящие водовороты, их называют «виры или воронки», даже взрослый, попав в сильный водоворот, иногда не способен самостоятельно вырваться из него и уходит на дно. Дети тем более не могут вырваться ни из водоворота, ни из лап течения. Прежде чем плавать в незнакомом месте, нужно узнать у тех, кто уже купался, о наличии подобных воронок и силы течения. Не стоит рассчитывать на спасательные круги, именно они иногда становятся причиной трагедии по разным причинам.



Температура для купания

Самая оптимальная температура воды для купания с ребенком это 24° С, в самом минимальном значении она не должна опускаться ниже 20°С. Также стоит учесть, что в реке есть холодные течения и родниковые ключи, которые просто ледяные. Попадание в холодную воду для организма ребенка чревато стрессом и мышечными судорогами, даже при незначительной судороге ребенок может впасть в панику и хлебнуть воды. Также стоит помнить, что детский организм не готов к таким температурам, особенно это касается мочеполовой системы мальчика.

Проверка глубины

Если ребенок еще только учится плавать, то ему положено находиться на мелкой воде по пояс и не более. Пусть он научится уверенно держаться на воде, а потом только заходит чуть дальше, любой испуг может навсегда развить у ребенка боязнь к воде. В любом случае родители должны находиться недалеко, чтобы своевременно успеть к ребенку.

Первая помощь в случае утопления

Это очень экстремальная ситуация и требует от взрослого собранности, быстроты действий, а главное правильных действий. Нужно полностью достать ребенка из водоема, если рядом находятся люди, то попросите их о вызове спасателей, независимо от состояния ребенка. Иногда бывает так, что рядом нет никого, в этом случае не впадайте в панику и проделайте все необходимые действия приведенные ниже:

- самый правильный вариант - согнуть ребенка и положить его на свое колено животом, голова должна быть наклонена вниз, но не доставать до земли;
- проверьте рот на наличие водорослей, а также очистите его от возможной пены, песка или возможной слизи. Здесь не до выбора, если под рукой нет ткани, то делайте это просто пальцами;
- нужно добиться от организма любого отклика, самый оптимальный метод - вызвать рвотный рефлекс. Сделать это можно пальцами, надавив на язык глубоко в полости рта. Чаще всего это помогает, появляется рвота и кашель, которые выводят из организма воду, это хороший признак, значит, из легких и желудка уйдет опасное количество воды.

Проделывать это нужно на протяжении 5 или даже 10 минут, не смотря ни на что, надавливайте на корень языка, кроме того нужно стукнуть между лопаток ребенку, это поможет удалить остатки воды из легких. Проделав подобные первые меры, нужно положить ребенка на бок, чтобы вода могла самостоятельно выходить изо рта, и обязательно вызвать скорую помощь, даже если ребенку лучше. Проблема в том, что временные улучшения могут смениться ухудшением, вплоть до остановки сердца, поэтому постоянно присутствуйте рядом с ребенком.

Медузы

Не все, но многие медузы, впрочем, как и другие обитатели моря имеют рефлексы защиты, которые очень часто сильно болезненные, а некоторые и вовсе смертельны. В случае с медузой опасность достаточно высокая, в зависимости от вида медузы и площади, которую покрыла слизь. Ожог для детского организма и кожи может быть очень проблематичным и уж точно будет болезненным. Первое, что нужно сделать, это смыть участок тела пресной водой, обязательно нужно дать антигистаминное средство, а также нужно обезболивающее. В зависимости от площади ожога, возможно, нужно будет обратиться к врачу.

Плавание на волнах

Да, это невероятно приятно, но при этом самый опасный вариант купания. Волна в своей красоте коварна, во-первых, сила ее удара не всегда проходит бесследно, во-вторых, она начинает крутить тело малыша и не выпускает из-под воды. В-третьих, самое опасное в том, что волна очень сильно тянет обратно в море, поэтому следите за своим ребенком на волнах, а точнее находитесь поблизости.

Надувные средства для плавания

Нередко родители, вооружив ребенка надувным кругом и нарукавниками, отправляют дитя в свободное плавание, с уверенностью в его безопасности. Это большая ошибка, любое плавательное надувное снаряжение не гарантирует безопасности, а некоторые, наоборот, опасны. Однослойные круги, уточки, матрасики и прочие средства не надежны, они быстро рвутся, тем более, полежав на горячем песке. Также может образоваться маленькое отверстие, а ведь беда придет именно в воде из-за сильного надавливания.

Самое оптимальное - приобрести многосекционный жилет, даже если одна секция лопнет, остальные держатся. Помимо надувных средств, есть пенопластовые, это самые надежные плавательные средства, они громоздкие и не такие удобные, как надувные, но все равно лучше обратить внимание на них. Кроме того, стоит приобретать правильный жилет, со спиной и воротником для затылка. Особенно хороши такие жилеты для походов по воде на лодках.

