

## **Первая помощь в случаях истинного и бледного утопления:**

### *А. Истинное утопление:*

Сразу же после извлечения утонувшего из воды – перевернуть его лицом вниз и отпустить голову ниже таза.

Очистить рот от инородного содержимого и слизи. Резко надавить на корень языка, чтобы вызвать рвотный рефлекс.

При появлении рвотного и кашлевого рефлекса – добиться полного удаления воды из дыхательных путей и желудка.

Если нет рвотных движений и пульса – положить на спину и приступить к реанимации.

При появлении признаков жизни – перевернуть лицом вниз и удалить воду из легких и желудка – вызвать скорую мед. помощь.

Недопустимо:

оставлять пострадавшего без внимания (в любой момент может наступить остановка сердца);

самостоятельно перевозить пострадавшего, если есть возможность вызвать спасателей.

### **Б. Бледное утопление (холодная вода, прорубь).**

Перенести тело на безопасное расстояние.

Проверить реакцию зрачков на свет и наличие пульса на сонной артерии.

При отсутствии пульса на сонной артерии – приступить к реанимации.

при появлении признаков жизни – перенести спасенного в теплое помещение, переодеть в сухую одежду. Дать теплое питье.

Недопустимо:

терять время на удаление воды из легких и желудка при отсутствии пульса на сонной артерии.

Если оказался в полынье – помоги себе сам:

не суетись;

выбирайся на лед только с той стороны, с которой свалился (попал) в полынья;

наваливайся на край полыньи по возможности всей верхней половиной туловища;

проползи 3-4 метра по своим следам.