

Apel PSP do wszystkich o rozsądek i rozwagę podczas korzystania z kąpielisk!!!

Jest to najtragiczniejszy początek wakacji, jaki pamiętamy, dlatego apelujemy o rozsądek i odpowiedzialność, gdyż miło spędzany czas może przerodzić się w tragedię rodzinną, a ofiarami może być, np. nasze rodzeństwo, rodzice, dziadkowie!

Przecenianie własnych umiejętności podczas kąpeli lub niewystarczająca opieka nad dziećmi mogą być opłakane w skutkach.

Przypominamy, że na terenie naszego powiatu na wszystkich zbiornikach obowiązuje zakaz kąpeli!

O czym należy pamiętać, aby w bezpieczny sposób spędzić czas nad wodą?

1. Przede wszystkim należy pamiętać o tym, aby korzystać z kąpielisk, na których obecni są ratownicy WOPR sprawujący opiekę nad wypoczywającymi.
2. Absolutnie nie należy kąpać się na tzw. dzikich kąpieliskach oraz na kąpieliskach będących zalanyymi żwirowniami lub gliniankami – są one bowiem bardzo głębokie, mają nierówne dno (w jednym miejscu może być płytko, a po przejściu kilku kroków można wpaść w głębię), a przede wszystkim nie ma na nich ratowników.
3. Zawsze należy przestrzegać regulaminu konkretnego kąpieliska – nie można zatem wypływać poza oznakowaną bojami taflę wody, jak również należy przestrzegać ewentualnych znaków dotyczących zakazu skakania do wody.
4. Należy pamiętać o tym, że skakanie w niedozwolonym miejscu może skończyć się tragicznie – można zostać kaleką do końca życia z powodu uszkodzenia rdzenia kręgowego.
5. Nigdy nie należy wchodzić do wody, kiedy ratownicy umieszczają na maszcie czerwoną flagę – oznacza to bezwzględny zakaz kąpeli! Nie wolno lekceważyć tego znaku – jeśli ratownik umieszcza taką flagę na maszcie, to z jakiegoś powodu uważa, że kąpiel w danym momencie jest niebezpieczna i może zagrażać życiu wypoczywających!
6. Należy pamiętać też o tym, że spędzając nad wodą czas z dziećmi, nie wolno nawet na chwilę spuszczać ich z oczu – chwila nieuwagi może skończyć się tragicznie, dziecko bowiem może zostać "podmyte" przez fale i wciągnięte w głębię wody, może też przewrócić się buzią do wody i utopić się nawet na brzegu.
7. Nie wolno wchodzić do wody pod wpływem alkoholu – takie popisy także zwykle kończą się tragicznie, pod wpływem alkoholu nie czuć bowiem strachu, a nadmierna brawura może doprowadzić do tragedii.
8. Trzeba pamiętać też o tym, że do wody należy wchodzić stopniowo, nie można po długim wygrzewaniu ciała na słońcu wskakiwać do wody od razu, może to bowiem doprowadzić do wstrząsu termicznego.
9. W przypadku korzystania z łódki czy kajaka, koniecznie należy też założyć dopasowany do wzrostu i masy ciała kapok.
10. Pływając na materacu czy pontonie nie wolno wypływać za daleko, bowiem w ten sposób możemy zostać zniesieni przez prąd wody, co także może skończyć się źle.

Jeśli już dojdzie nad wodą do wypadku i ktoś zacznie się topić, wtedy trzeba natychmiast udzielić mu pomocy.

W jaki sposób udzielić pomocy tonącemu?

- Jeśli zobaczymy, że ktoś się topi, należy niezwłocznie wezwać pogotowie ratunkowe i spróbować wyciągnąć tonącego z wody.
- Jeśli mamy możliwość, można rzucić mu linę, koło ratunkowe lub długi kij – być może w ten sposób uda się wyciągnąć topielca z wody. Jeśli nie można wyciągnąć tonącej osoby w ten sposób, należy przyholować ją do brzegu, trzymając ją w taki sposób, aby tonący "nie oddychał pod wodą" – jego twarz musi znajdować się powyżej wody, aby do jego płuc w czasie oddychania nie dostała się większa ilość wody.
- Po wyciągnięciu topielca na brzeg, jeśli jest on nieprzytomny i nie oddycha, należy od razu rozpocząć resuscytację. Po odchyleniu głowy topielca do tyłu, należy wykonać dwa oddechy (należy objąć swoimi ustami usta topielca oraz zacisnąć palcami jego nos), a następnie trzydzieści uciśnień klatki piersiowej (splcione ręce należy położyć w połowie długości mostka i wykonywać rytmiczne uciśnięcia na głębokość 4-5 cm), czynności te należy powtarzać do momentu odzyskania przez topielca przytomności lub oddechu, lub do przyjazdu pogotowia ratunkowego.
- Jeśli tonący zacznie oddychać, należy położyć go w pozycji bocznej ustalonej, bowiem istnieje duże ryzyko wymiotów. Jeśli topielec natomiast odzyska przytomność, należy go okryć, podać do picia ciepły, ale nie gorący płyn i czekać na przyjazd pogotowia ratunkowego.