



### Как и где чаще тонут?

Утопление является третьей ведущей причиной смертности от несчастных случаев. Большинство утоплений происходит в водоемах и бассейнах. 25% утонувших умели плавать. Около 50% всех случаев утопления взрослых и подростков происходит, когда утонувший находился в состоянии алкогольного опьянения. Утопления происходят по причине купания в запрещенных местах, неумения ребенка плавать или ныряния на глубину.

Факторы риска: неумение плавать; купание детей без контроля родителей; употребление алкоголя; отсутствие спасательных жилетов при катании в лодках и на катерах; несчастный случай (ныряние в неглубокую воду - травмы шеи и головы о твердое дно водоема или бассейна, судороги, сердечный приступ во время купания).

При утоплении человек не может дышать воздухом, а при инстинктивной попытке вдохнуть в легкие попадает вода и потерпевший задыхается. Всем клеткам человеческого тела требуется кислород и при его отсутствии клетки начинают разрушаться. Повреждение головного мозга происходит через шесть минут после прекращения поступления воздуха в легкие.

Тонущий человек не будет в состоянии ответить на элементарный вопрос, а также не сможет доплыть до спасательного оборудования, поэтому не стоит терять драгоценные секунды и помочь ему.

#### Признаки тонущего человека

**Голова в воде, а рот у поверхности; Рот полуоткрыт или открыт, а голова откинута назад;  
Взгляд пустой, не фокусируется; Глаза могут быть закрыты; На лбу и глазах волосы;  
Человек не двигает ногами, держится на воде в вертикальном положении;**

**Над поверхностью человек дышит часто, буквально заглатывая воздух;  
безуспешно пыгается плыть в каком-то направлении, попытки перевернуться на спину;  
Может показаться, будто утопающий взбирается по верёвочной лестнице.**