

**Александров Д. В.**

## **ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ УТОПЛЕНИИ**

**Научный руководитель: канд. мед. наук, доц., п-к м/с Соколов Ю. А.**

*Кафедра ликвидации чрезвычайных ситуаций*

*Университет гражданской защиты МЧС Беларуси, г. Минск*

По оперативным данным ОСВОД с начала года по 14.03.2021 в Республике Беларусь от утопления погибло 20 человек, в том числе 4 несовершеннолетних. 37 человек было спасено. Исходя из вышесказанного, проблема обучения населения правилам оказания первой помощи при утоплении актуальна для Республики Беларусь.

Утопление – терминальное состояние или наступление смерти, развивающееся при погружении в воду тела целиком или отдельных его сегментов, вследствие аспирации (проникновения) жидкости в дыхательные пути, рефлекторной остановки сердца в холодной воде либо спазма голосовых складок, что в результате приводит к снижению или прекращению газообмена в легких при сохранении анатомической целостности системы дыхания. Следует отметить, что в большинстве случаев люди тонут буквально в шаговой доступности или даже под ногами (дети) других людей. Для своевременного распознавания критической ситуации необходимо знать особенности поведения тонущего человека: глаза закрыты или смотрят в одну точку; голова запрокинута вверх, рот открыт, над водой; движения скованные, руки производят движения, похожие на попытку «зацепиться» за поверхность водного полотна. Таким образом, тонущих человек не кричит, а его поведение напоминает движения поплавок при поклевке.

Различают истинное (аспирационное, «синее», мокрое), ложное («асфиктическое», «сухое», «спастическое»), синкопальное («рефлекторное») утопление и его смешанный тип. Принципиальной особенностью, влияющей на тактику оказания первой помощи (ПП) является наличие или отсутствие воды в дыхательных путях. Все мероприятия ПП, независимо от вида утопления можно разделить на действия на воде и действия на суше. Действия на воде:

1. Бросить тонущему спасательный круг (любой предмет с хорошей плавучестью). Не заходить (заплывать) без крайней необходимости в воду! Следует помнить, что в ряде случаев спасатель тонет вместе с пострадавшим.

2. Подплывать к тонущему необходимо сзади (желательно в ластах).

3. Если тонущий вцепился, нельзя отбиваться. Необходимо сделать глубокий вдох и погрузиться под воду вместе с тонущим человеком.

4. Для транспортировки на берег безопасно использовать захват сзади за волосы или за воротник, менее предпочтителен захват пострадавшего сзади за подмышечные области.

Действия на суше при истинном утоплении:

1. Перевернуть пострадавшего на живот, положить на свое колено (голова ниже таза).

2. Открыть рот, удалить содержимое, надавить пальцами на корень языка.

3. При появлении рвоты и кашля добиться полного удаления воды из легких и желудка. При отсутствии рвоты и кашля выполнить 5 ударов ладонью по спине в межлопаточную область.

4. При отсутствии рвоты и кашля положить пострадавшего на спину, выполнить реанимационные мероприятия. Не прерывать реанимационные мероприятия, если при каждом надавливании будет фонтанировать вода из дыхательных путей!

5. При появлении признаков жизни, повернуть на живот, добиться удаления воды из легких и желудка. Согреть пострадавшего.

6. При появлении признаков отека легких (выраженный кашель, выделение пены изо рта, частое дыхание) усадить пострадавшего, чтобы ноги свисали вниз, согреть стопы.

При ложном («бледном») и асфиктическом («рефлекторном») не следует тратить время на попытки освобождения воды из дыхательных путей, а после оценки признаков жизни, при необходимости, приступить к реанимационным мероприятиям.