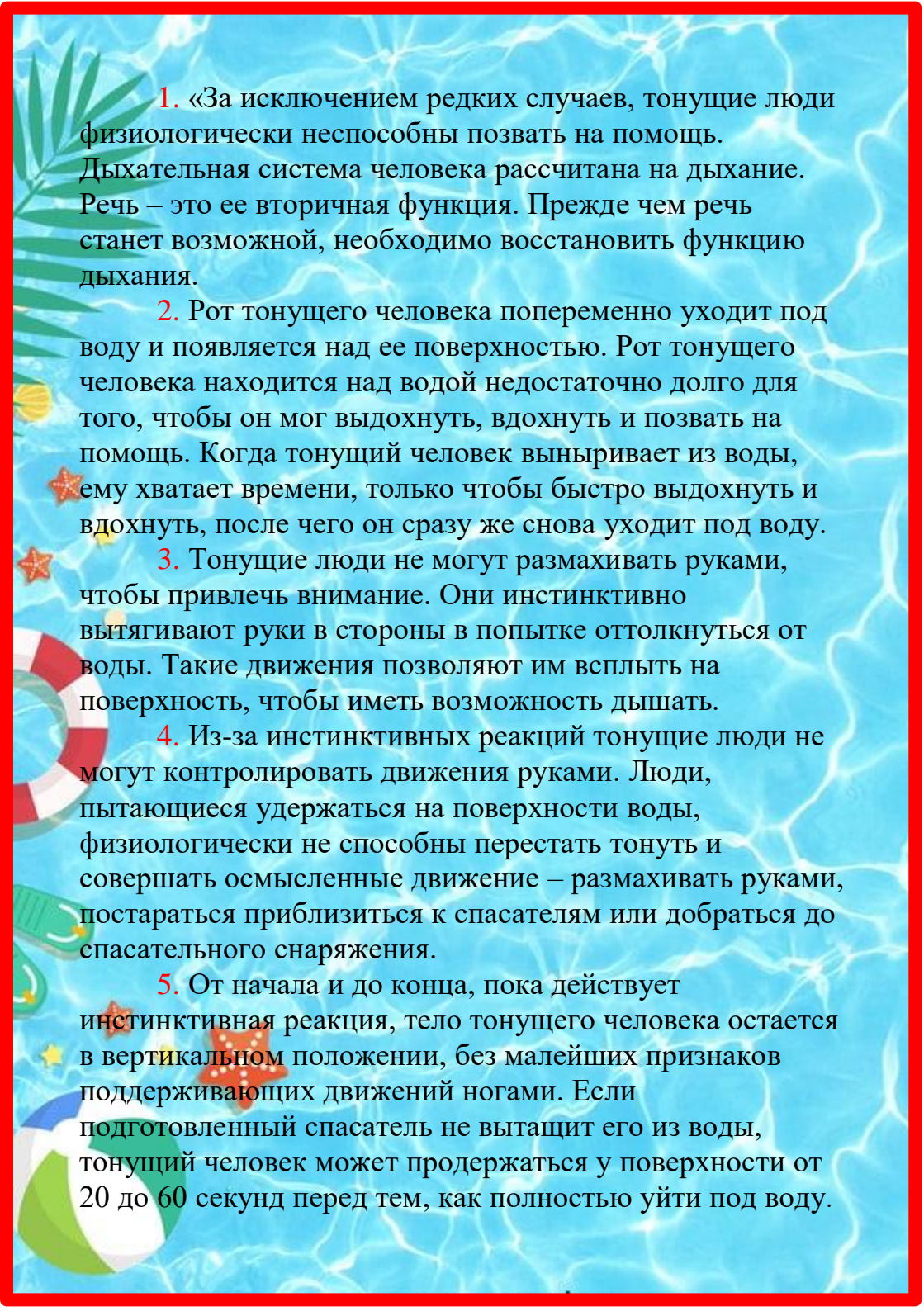


## «Инстинктивная реакция утопающего»

«Инстинктивная реакция утопающего» (Instinctive Drowning Response), названная так доктором наук Франческо Пиа (Francesco A. Pia), это то, что люди делают, чтобы избежать фактического или предполагаемого удушья при погружении в воду. И выглядит она совсем не так, как думает большинство людей. Никакого размахивания руками, брызг и криков о помощи.

Чтобы лучше представлять, как тихо и незрелищно выглядит этот процесс с берега, подумайте вот о чем: среди детей в возрасте до 15 лет утопление является второй по распространенности причиной смерти (сразу после дорожных аварий), а из приблизительно 750 детей, которые утонут в следующем году, каждый второй утонет на расстоянии не более 20 метров от своих родителей или других взрослых.

В некоторых случаях взрослый даже будет непосредственно наблюдать за тем, как ребенок тонет, не подозревая о том, что на самом деле происходит. Утопающие редко похожи на утопающих, и в своей статье в журнале On Scene, принадлежащем береговой охране, доктор Пиа подробно описывает инстинктивные реакции утопающего следующим образом:



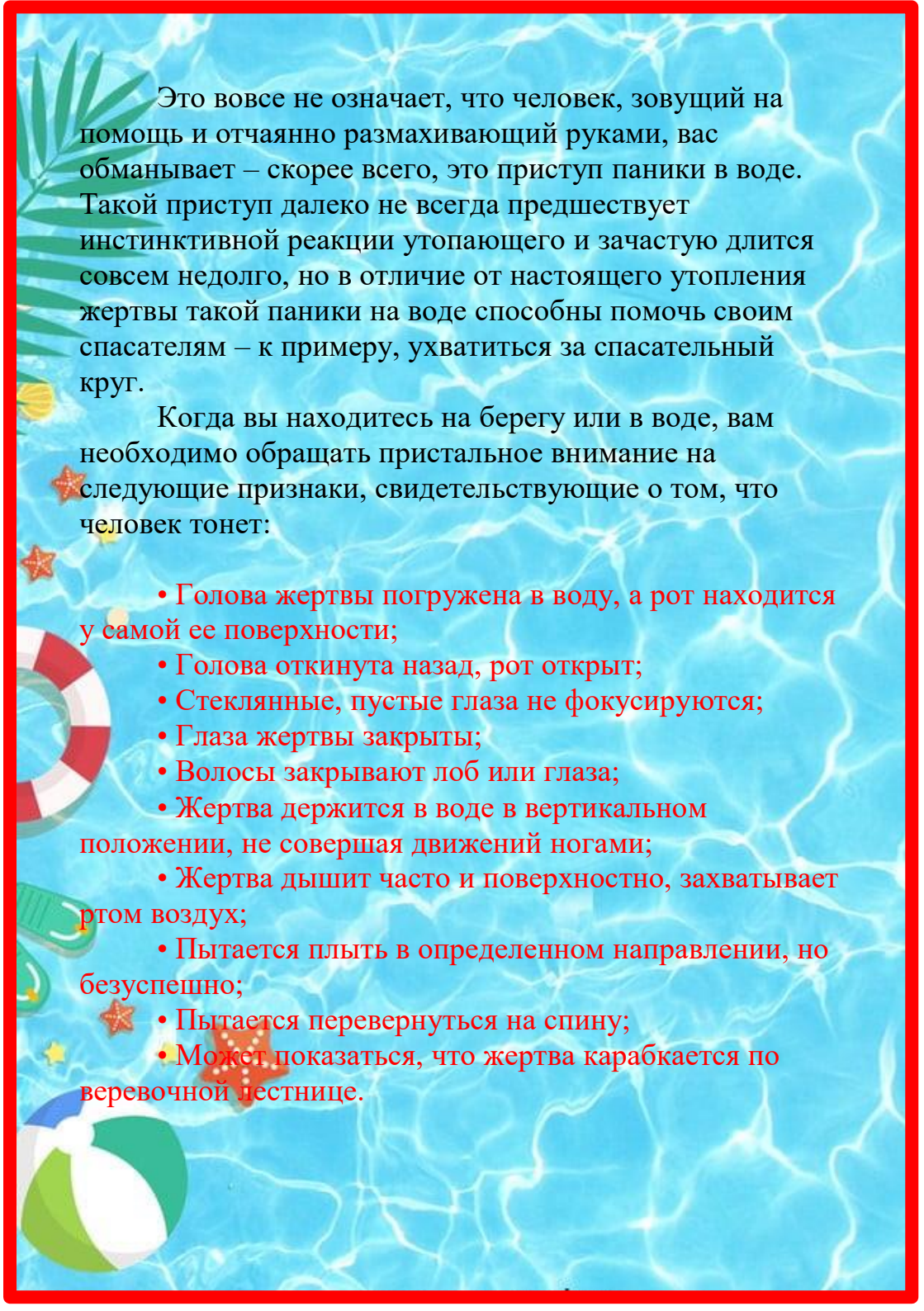
1. «За исключением редких случаев, тонущие люди физиологически неспособны позвать на помощь. Дыхательная система человека рассчитана на дыхание. Речь – это ее вторичная функция. Прежде чем речь станет возможной, необходимо восстановить функцию дыхания.

2. Рот тонущего человека попеременно уходит под воду и появляется над ее поверхностью. Рот тонущего человека находится над водой недостаточно долго для того, чтобы он мог выдохнуть, вдохнуть и позвать на помощь. Когда тонущий человек выныривает из воды, ему хватает времени, только чтобы быстро выдохнуть и вдохнуть, после чего он сразу же снова уходит под воду.

3. Тонущие люди не могут размахивать руками, чтобы привлечь внимание. Они инстинктивно вытягивают руки в стороны в попытке оттолкнуться от воды. Такие движения позволяют им всплыть на поверхность, чтобы иметь возможность дышать.

4. Из-за инстинктивных реакций тонущие люди не могут контролировать движения руками. Люди, пытающиеся удержаться на поверхности воды, физиологически не способны перестать тонуть и совершать осмысленные движения – размахивать руками, постараться приблизиться к спасателям или добраться до спасательного снаряжения.

5. От начала и до конца, пока действует инстинктивная реакция, тело тонущего человека остается в вертикальном положении, без малейших признаков поддерживающих движений ногами. Если подготовленный спасатель не вытащит его из воды, тонущий человек может продержаться у поверхности от 20 до 60 секунд перед тем, как полностью уйти под воду.



Это вовсе не означает, что человек, зовущий на помощь и отчаянно размахивающий руками, вас обманывает – скорее всего, это приступ паники в воде. Такой приступ далеко не всегда предшествует инстинктивной реакции утопающего и зачастую длится совсем недолго, но в отличие от настоящего утопления жертвы такой паники на воде способны помочь своим спасателям – к примеру, ухватиться за спасательный круг.

Когда вы находитесь на берегу или в воде, вам необходимо обращать пристальное внимание на следующие признаки, свидетельствующие о том, что человек тонет:

- Голова жертвы погружена в воду, а рот находится у самой ее поверхности;
- Голова откинута назад, рот открыт;
- Стеклообразные, пустые глаза не фокусируются;
- Глаза жертвы закрыты;
- Волосы закрывают лоб или глаза;
- Жертва держится в воде в вертикальном положении, не совершая движений ногами;
- Жертва дышит часто и поверхностно, захватывает ртом воздух;
- Пытается плыть в определенном направлении, но безуспешно;
- Пытается перевернуться на спину;
- Может показаться, что жертва карабкается по веревочной лестнице.

Поэтому, если человек падает за борт и все выглядит нормально, не стоит успокаиваться раньше времени. Иногда самым главным признаком того, что человек тонет, является то, что он не похож на утопающего. Может показаться, что он просто пытается удержаться на воде и смотрит на палубу.

Как определить, все ли в порядке? Задайте простой вопрос: «У вас все в порядке?» Если человек вам хоть что-то ответил, тогда, возможно, ему ничего не угрожает. Если в ответ на свой вопрос вы увидите пустой взгляд, у вас есть всего полминуты, чтобы вытащить жертву из воды.

**Родители, запомните: дети, играющие в воде, шумят. Если они перестали шуметь, вытащите их из воды и узнайте, почему.**



ЛЮБИТЬ И БЕРЕЧЬ

**БЕРЕГИТЕ  
СВОИХ ДЕТЕЙ!  
СОБЛЮДАЙТЕ ПРАВИЛА  
БЕЗОПАСНОСТИ НА ВОДЕ!**



Группа «ОДУВАНЧИКИ»