

Strona znajduje się w archiwum.

UPAŁY - UWAGA NAD WODĄ!

Data publikacji 06.08.2015

W związku z trwającymi upałami podlascy policjanci apelują - UWAŻAJMY NAD WODĄ! Na terenie województwa w tym sezonie letnim utonęło już 11 osób.

Wypoczywając nad wodą pamiętajmy, aby zadbać o bezpieczeństwo swoje, swoich bliskich i innych osób tam odpoczywających. Aby to zrobić należy stosować się do „żelaznych” zasad:



- należy kąpać się tylko w miejscach strzeżonych, tam gdzie jest ratownik;
- dzieci powinny bawić się w wodzie tylko pod opieką osób dorosłych, dobrze żeby miały założone nadmuchiwane rękawki, które pomogą dziecku utrzymać się na wodzie, nawet zwykłe zachłyśnięcie się wodą może skończyć się utonięciem;
- pod żadnym pozorem nie wolno wchodzić do wody po alkoholu;
- wchodząc do wody po dłuższym czasie spędzonym na słońcu trzeba pamiętać o stopniowym namoczeniu ciała, aby przyzwyczaić je do niższej temperatury – w ten sposób można uniknąć szoku termicznego;
- zawsze stosuj się do regulaminu kąpieliska i poleceń ratowników, opiekuna obiektu, czy policjantów;
- nie skacz do wody w miejscach, w których nie znasz głębokości ani budowy dna, gdyż może się to skończyć kalectwem lub śmiercią;
- nie wolno wchodzić do wody w miejscach niebezpiecznych, tam gdzie według naszego rozeznania znajdują się na przykład: wiry, wodorosty, zimne prądy itp., gdyż możemy przecenić swoje siły sądząc, że jesteśmy doskonałymi pływakami;
- nie biegajmy po pomostach, gdyż możemy potrącić znajdujące się tam osoby, oraz sami narażamy się na uszkodzenia ciała przy upadku;
- nie popychajmy do wody osób, które się tego nie spodziewają;
- zawsze uważajmy gdzie stoimy, np. stojąc nad rzeką w miejscu, gdzie zmienia ona kierunek znajdujemy się w miejscu najniebezpieczniejszym, gdyż to tu podmywa ona brzegi i wybiera piasek z dna czyniąc tym samym miejscem najgłębszym;
- nigdy nie wszczynajmy fałszywych alarmów;
- pływając na materacach należy trzymać się blisko brzegu – nie wypływać nimi na środek jeziora;
- nie pływaj łódkami, kajakami, rowerami czy motorówkami zbyt blisko kąpiących się;

- wypływając łódką, kajakiem, rowerem wodnym lub żaglówką sprawdzmy ich ogólny stan techniczny, np.: czy w środku nie ma wody, dziur i połamanych elementów kadłuba, czy sprawne są wiosła, żagle i inny sprzęt;
- upewnijmy się, czy jest na wyposażeniu sprawny sprzęt ratunkowy taki jak: koło i kamizelki ratunkowe. Sprawdźmy, czy kamizelka ratunkowa zgodnie z adnotacją wagową zamieszczoną na niej odpowiada naszej wadze, czy osoby, które zabieramy na pokład potrafią pływać - w przeciwnym razie, tak jak w przypadku dzieci, **OBOWIĄZKOWO** powinny one zapiąć na sobie kamizelki ratunkowe;
- przed wypłynięciem w dłuższy rejs należy pamiętać o wcześniejszym sprawdzeniu prognozy pogody i poinformowaniu najbliższych lub znajomych dokąd, z kim i jakim sprzętem wypływamy oraz o przewidywanej porze powrotu;
- zabierzmy ze sobą telefon komórkowy z naładowaną baterią, zabezpieczony w wodoszczelnym i pływającym futerale oraz gwizdek, za pomocą którego wezwiemy pomoc, gdy będzie potrzebna - miejmy go stale przy sobie;
- w przypadku wywrotki zachowajmy spokój i dopilnujmy, aby wszyscy członkowie załogi trzymali się wywróconej jednostki i nikt nie próbował płynąć w kierunku brzegu - nawet jeżeli wydaje się, że jest on blisko (chyba, że możemy iść bo jest płytko);
- widząc wypadek na wodzie krzycz głośno wołając o pomoc, powiadom ratownika wodnego i zadzwoń lub poproś kogoś o powiadomienie służb ratunkowych;
- udzielając pomocy innym oceńmy sytuację, wezwijmy pomoc i włożmy kamizelkę ratunkową;
- pod żadnym pozorem, jeżeli nie jesteśmy do tego przygotowani (tzn. nie mamy właściwego stroju zabezpieczającego i nie posiadamy kwalifikacji ratowniczych) ratując innych, nie wchodzmy do wody! Po przyjęciu poszkodowanego z wody na pokład - sprawdzmy, czy nie ma obrażeń, zdejmijmy z niego mokre ubranie i okryjmy suchym kocem, śpiworem lub dajmy mu suche ubranie;
- pomagając osobie potrzebującej w pierwszej kolejności użyj sprzętu, który znajduje się w Twoim otoczeniu (liny, wiosła, pagaje, koło ratunkowe, kamizelki ratunkowe, rzutki etc.) i podaj poszkodowanemu, możesz wykorzystać także kij, tyczkę, pasek, ręcznik, część ubrania, piłkę, materac dmuchany, itd..

Najczęstszymi przyczynami utonięć są:

- brak umiejętności pływania;
- brawura, przecenianie swoich sił i umiejętności pływackich;
- pływanie po spożyciu alkoholu, który powoduje zaburzenia zmysłu równowagi i orientacji;
- niedocenianie niebezpieczeństwa w wodzie;
- pływanie w miejscach zabronionych;
- skoki do wody w nieznanym miejscu;
- pływanie obok statków, barek i łodzi motorowych, w pobliżu śluz i zapór wodnych;
- siadanie na rufie kajaku lub na burcie łodzi;
- nieumiejętność postępowania w przypadku wywrócenia się kajaka lub łodzi;
- lekkomyślna zabawa polegająca na wrzucaniu innych do wody oraz zanurzaniu osób pływających.

Dlatego też podlascy policjanci kolejny już raz apelują do wszystkich amatorów zabaw w wodzie oraz osób nad nią wypoczywających o zachowanie ostrożności i rozwagi i wybieranie jedynie kąpielisk strzeżonych i bezpiecznych.

PAMIĘTAJMY!!! PŁYTKA WYOBRAŹNIA KOŃCZY SIĘ GŁĘBOKĄ TRAGEDIĄ!!!

* wykorzystując zawarte na stronie treści, zdjęcia lub filmy proszę powoływać się na źródło informacji - www.podlaska.policja.gov.pl