

Официальные пляжи, поставленные на баланс администраций муниципальных образований, во Всеволожском районе в 2011 году отсутствуют.

Мониторинг за качеством воды ведется на следующих водных объектах: озеро Ждановское, г. Всеволожск; водохранилище р. Лубы, г. Всеволожск; озеро Колтушское, дер. Колтуши; озеро Ладожское, дер. Кошкино; озеро Ладожское, дер. Кокорево; озеро Курголовское, пос. Токсово; озеро Коркинское, дер. Коркино; озеро Лемболовское, ст. Лемболово; озеро Медное, дер. Медное.

По результатам лабораторных исследований воды поверхностных водоемов за июнь установлено, что качество воды не соответствует гигиеническим нормативам: водохранилище р. Лубы, г. Всеволожск и озеро Колтушское, дер. Колтуши.

Также проведен мониторинг за качеством песка береговой территории этих водных объектов. По результатам лабораторного контроля, исследованные пробы песка поверхностных водоемов по санитарно-химическим, микробиологическим и паразитологическим показателям соответствуют гигиеническим нормативам.

На всех этих водоемах, являющихся исторически сложившимися местами отдыха, администрациями

Там, где утки плавают...

Территориальным отделом Управления Роспотребнадзора по Ленинградской области во Всеволожском районе ежегодно с мая по август проводится мониторинг за качеством воды водных объектов, в зонах традиционного массового отдыха населения Всеволожского района.

соответствующих муниципальных образований установлены аншлаги о запрете купания.

Территориальный отдел Управления Роспотребнадзора по Ленинградской области во Всеволожском районе обращает внимание на то, что купание в водоемах, сильно заросших на мелководьях, являющихся местом скопления водоплавающих птиц, особенно уток, небезопасно для здоровья. К сожалению, летний отдых может омрачить сыпь на теле, появляющаяся после купания. Виной к тому может быть церкариоз.

Народное название церкариоза – «утиная болезнь», или «зуд купальщика». Это довольно распространенная паразитарная инфекция, которая может возникнуть после купания в водоемах, зараженных церкариями (личинками утиных глистов – шистосом).

Церкарии держатся в поверхностных слоях воды на глубине 30–60 см и не любят глубоководные места. Особенно активны они в теплые солнечные дни. Опасность заразиться церкариями существует долго: с июня по август.

Личинки активно проникают под кожу купающегося. Выйдя из воды, человек почти сразу же начинает чувствовать некоторое покалывание. Особенно часто атаке личинок подвергается кожа бедер и голеней – границы пораженных участков полностью соответствуют уровню погружения купальщика в воду. Те места, где кожа более груба, например ладони и подошвы, никогда их нападению не подвергаются.

При массивном заражении уже в первые полчаса кожа краснеет, отекает и через несколько часов покрывается плотными узелками размером от просяного зерна

до небольшой горошины. Границы узелков, как правило, четкие, на поверхности многих из них довольно скоро образуются прозрачные пузырьки. У детей во время высыпания может повышаться температура, порой до 38 °С и выше, иногда резко ухудшается общее состояние. Высыпания сопровождаются жжением и нестерпимым зудом. При этом расчесывание кожи очень опасно: можно занести инфекцию и получить осложнения, вплоть до рожистого воспаления. Сами церкарии после проникновения в кожу довольно скоро погибают, но при этом успевают выбросить специфический секрет, который и вызывает острую реакцию. Приблизительно через 7–10 дней организм нейтрализует действие секрета, и зуд утихает. Хуже, если купание в зараженном водоеме происходит неоднократно или если расчесывать зудящие места. Тогда болезнь может затянуться.

Чтобы снизить риск заражения, нужно избегать водоемов, берега которых сильно заросли, особенно если в них плавают утки. Если же вы все-таки искупались в подозрительном месте, надо сразу после выхода из воды тщательно обтереть кожу полотенцем и при первой возможности вымыться под душем с мылом.

МУРСАЛОВ Н.К., главный специалист-эксперт ТО Управления Роспотребнадзора по Ленинградской области во Всеволожском районе



С наступлением лета, повышением температуры наружного воздуха у многих возникает желание провести свободное время на берегах озёр и рек Всеволожского муниципального района. И, конечно же, не обходится без купания. Есть несколько простых рекомендаций безопасного поведения на воде:

**не нырять в незнакомых местах;
не заплывать за буйки;
не выплывать на судовой ход и не приближаться к судам;
не устраивать игр в воде, связанных с захватами;
не плавать на надувных матрасах или камерах;
не купаться в нетрезвом виде...**
СТАТИСТИКА НЕСЧАСТНЫХ СЛУЧАЕВ НА ВОДЕ ПОКАЗЫВАЕТ, ЧТО ОСНОВНАЯ ПРИЧИНА ГИБЕЛИ ЛЮДЕЙ – БЕСПЕЧАТНОСТЬ.

Чаще всего тонут люди в состоянии алкогольного опьянения и дети. Немало жертв также на счету "народного" способа обучения плаванию, когда не умеющему плавать ребенку "предоставляют шанс" самостоятельно побарахтаться на глубоководье - авось научится держаться на воде. Такая "проверка" врожденных способностей - весьма безрассудный поступок. Умение хорошо плавать - одна из важнейших гарантий безопасного отдыха на воде, но помните, что даже хороший пловец должен соблюдать постоянную осторожность, дисциплину и строго придерживаться правил поведения на воде.

Лучше всего купаться в специально оборудованных местах: пляжах, бассейнах, купальнях, ознакомившись с правилами внутреннего распорядка мест для купания.

Начинать купаться рекомендуется в солнечную безветренную погоду при температуре воды 17 – 19°С, воздуха 20 – 25°С. В воде следует находиться 10 – 15 минут, перед заплывом необходимо предварительно обтереть тело водой.

В открытых водоемах не стоит купаться без присмотра людям, страдающим заболеваниями опорно-двигательного аппарата и нервной системы (эпилептикам, перенесшим инсульт и т.д.). Но даже если вы не относитесь ни к одной из этих категорий граждан – бдительная осторожность на воде никогда не бывает лишним. Легкомысленно полагать, что утонуть может только не умеющий плавать или пьяный человек – от "сюрпризов" на воде никто не застрахован. Причинами несчастного случая могут стать не только утомление или неожиданная мышечная судорога – запросто потерять сознание можно даже при быстром погружении в воду. Привычка подолгу нежиться на берегу с последующим "освежением" в прохладной воде иногда способна сыграть злую шутку – сосудистая система реагирует на резкий перепад температур спазмированием, вследствие чего затрудняется мозговое кровообращение и наступает кратковременная потеря сознания. Ну а в бессознательном состоянии исход заплыва достаточно предсказуем.

В походах место для купания нужно выбирать там, где чистая вода, ровное песчаное или гравийное дно, небольшая глубина (до 2 м), нет сильного течения (до 0,5 м/с).

При переохлаждении тела пловца в воде могут появиться судороги, которые сводят руку, а чаще ногу или обе ноги. При судорогах надо немедленно выйти из воды. Если нет этой возможности, то необходимо

действовать следующим образом:

- Изменить стиль плавания – плыть на спине.
- При ощущении **стягивания пальцев руки** надо быстро, с силой сжать кисть руки в кулак, сделать резкое отбрасывающее движение рукой в наружную сторону, разжать кулак.
- При судороге **икроножной мышцы** необходимо согнуться, двумя руками обхватить стопу пострадавшей ноги и с силой подтянуть стопу к себе.
- При судорогах **мышц бедра** необходимо обхватить рукой ногу с наружной стороны ниже голени у лодыжки (за подъем) и, согнув ее в колене, потянуть рукой с силой назад к спине.
- Уставший пловец должен помнить, что **лучшим способом для отдыха на воде является положение "лежа на спине"**.
- Не заплывайте **за буйки** – там может оказаться резкий обрыв дна, холодный ключ, заросли водорослей и т.п.
- Не устраивайте в воде **игр, связанных с захватами**, – в пылу азарта вы можете послужить причиной того, что партнер вместо воздуха вдохнет воду и потеряет сознание.
- Во избежание **захлебывания** в воде необходимо соблюдать правильный ритм дыхания. Плавая в волнах, нужно внимательно следить за тем, чтобы делать вдох, когда находишься между гребнями волн. Чтобы избавиться от воды, попавшей в дыхательные пути и мешающей дышать, нужно немедленно остановиться, энергичными движениями рук и ног удерживаться на поверхности воды и, подняв голову возможно выше, сильно откашляться.
- Плавая **против волн**, следует спокойно подниматься на волну и скатываться с нее. Если идет волна с гребнем, то лучше всего подныривать под нее немного ниже гребня.
- Попав в **быстрое течение**, не следует бороться против него, необходимо, не нарушая дыхания, плыть по течению к берегу.

Безрассудное купание чревато бедой

- Оказавшись в **водовороте**, не следует поддаваться страху, теряя чувство самообладания. Необходимо набрать побольше воздуха в легкие, погрузиться в воду и, сделав сильный рывок в сторону по течению, всплыть на поверхность.
- Запутавшись в **водорослях**, не делайте резких движений и рывков. Необходимо лечь на спину, стремясь мягкими, спокойными движениями выплыть в ту сторону, откуда приплыл. Если все-таки не удастся освободиться от растений, то, освободив руки, нужно поднять ноги и постараться осторожно освободиться от растений при помощи рук.
- Нельзя подплывать **близко к идущим судам** с целью покачаться на волнах. Вблизи идущего теплохода возникает течение, которое может затянуть под винт. Опасно прыгать (нырять) в воду в неизвестном месте - можно удариться головой о грунт, корягу, сваю и т.п., сломать шейные позвонки, потерять сознание и погибнуть.
- Не менее опасно **нырять с плотов, катеров, лодок, пристаней** и других плавучих сооружений. Под водой могут быть бревна – топляки, сваи, рельсы, железобетон и пр. Нырять можно лишь в местах, специально для этого оборудованных. Нельзя купаться у крутых, обрывистых и заросших растительностью берегов. Здесь склон дна может оказаться очень засоренным корнями и растительностью. Иногда песчаное дно бывает зыбучим, что опасно для не умеющих плавать.
- При нырании с маской, даже на небольшую глубину, нередко пловец теряет правильное ощущение «верх-низ», причём часто об этом даже не догадывается. Простейший способ определиться в пространстве – выпустить несколько пузырьков воздуха и они точно покажут направление движения вверх. Этот простой приём спас не одну жизнь.
- **Что делать, если берег ещё далеко, а силы — на исходе?**
Главное правило поведения в любой экстренной ситуации – не поддаваться панике! Необходимо только отдохнуть.

Простейшие способы отдыха на воде:

- Первый способ – лежа на спине. Спокойно расправив руки и ноги, закрыть глаза, лечь головой на воду и расслабиться, лишь слегка помогая себе удержаться в горизонтальном положении. Набрать в лёгкие воздуха, задержав, медленно выдохнуть.
- Второй способ – сжавшись „поплавок“. Вдохнуть, погрузить лицо в воду, обнять колени руками и прижать к телу, сдерживая выдох (но не напрягаясь), медленно выдыхать в воду, а затем – опять быстрый вдох над водой и снова „поплавок“. Если вы замерзли, надо делать неподвижную (статическую) гимнастику, по очереди напрягая руки и ноги.
- Отдохнув, надо опять плыть к берегу. И опять отдыхать. Ни в коем случае не терять энергии на страх, утешить себя в крайнем случае той мыслью, что бояться уже поздно – надо только действовать. Умеющий проплыть десять метров и не потерявший самообладания человек проплывет и сто.

Что делать, если на ваших глазах тонет человек?

Прежде всего дать себе секунду на размышление. Нет ли рядом спасательного средства? Им может быть все, что увеличит плавучесть человека и что вы в состоянии до него добросить. Спасательный круг можно бросить на 20 – 25 метров, конец Александрова – чуть дальше (с борта судна, за счёт высоты – значительно дальше). Нет ли лодки? Можно ли позвать кого-то ещё на помощь? Ободрив криком потерпевшего, вы идёте на помощь.

Если вы добираетесь до тонущего вплавь, надо максимально учитывать течение воды, ветер, расстояние до берега и т.д. Приближаясь, старайтесь успокоить и ободрить выбившегося из сил пловца. Если это удалось и он может контролировать свои действия, пловец должен держаться за плечи спасателя. Если нет – обращаться с ним надо жестко и бесцеремонно. Некоторые инструкции рекомендуют даже оглушить утопающего, чтобы спасти его и свою жизнь.

Коротко техника спасания выглядит так: подплыв к утопающему, надо поднырнуть под него и, взяв сзади одним из приёмов захвата (классический – за волосы), транспортировать к берегу. В случае если утопающему удалось схватить вас за руки, шею или ноги, освободитесь и немедленно ныряйте – инстинкт самосохранения заставит потерпевшего вас отпустить.

Если человек уже погрузился в воду, не бросайте попыток найти его в глубине, а затем вернуть к жизни. Это можно сделать, если утонувший был в воде около 6 минут.

Алгоритм экстренной медицинской помощи при утоплении.

Если после извлечения из воды пострадавший не подает признаков жизни, необходимо:

- **Освободить ротовую и носовую полости от грунта и слизи.** Эта несложная процедура производится с помощью пальца, обмотанного носовым платком или любой тряпкой. Пострадавший укладывается животом на бедро согнутой ноги, лицом вниз – голова должна быть ниже уровня грудной клетки.

- **Удалить воду из легких и желудка.** Ритмично сдвигая грудную клетку или ударяя ладонью между лопаток. После того, как дыхательные пути будут освобождены, нужно уложить пострадавшего спиной на твердую поверхность, слегка приподняв ноги (подложив одежду).

- **Провести реанимацию.** Если у пострадавшего не бьется сердце, искусственное дыхание надо сочетать с непрямой массажем сердца. Проводить реанимацию гораздо легче вдвоем, когда один реаниматор "дышит", а его напарник "качает сердце". Геройство одиночки тут неуместно, так как оживлять человека без применения спецсредств (дыхательный мешок и проч.) – весьма тяжелая работа даже для профессионала, обладающего необходимыми навыками. Для этого одну ладонь положите поперек нижней части грудины (и не на ребра!), другую ладонь – поверх первой накрест. Надавите на грудную клетку так, чтобы она прогнулась на 3 – 5 сантиметров, и отпустите. Прогибать нужно сильно, толчком, используя вес своего тела. Через каждое вдвигание воздуха делайте 4 – 5 ритмичных надавливаний.

Ни в коем случае не следует подражать героям мультипликационных и прочих фильмов: картинное сгибание рук и ног потерпевшего – абсолютно бесплодная трата драгоценного времени.

Следует помнить, что смерть головного мозга обычно наступает уже через 5 минут после прекращения дыхания, а реанимационные мероприятия проводят сколь угодно долго, пока они эффективны.

Эффективность реанимации оценивают по цвету кожных покровов и размеру зрачков: зрачки глаз должны быть суженными, кожа – нормального бледно-розового цвета.

Крайне важно не только вовремя оказать помощь потерпевшему, но и быстро, без лишней суеты известить о происшествии спасательные службы и вызвать скорую медицинскую помощь.

ОТДЕЛ ПО ДЕЛАМ ГО И ЧС АДМИНИСТРАЦИИ МО «ВСЕВОЛОЖСКИЙ МУНИЦИПАЛЬНЫЙ РАЙОН»