

KOMENDA MIEJSKA POLICJI W ŁODZI

<https://lodz.policja.gov.pl/eld/komunikaty-1/aktualnosci/13978,Policja-przygotowana-do-zapewnienia-bezpieczenstwa-nad-akwenami.html>

2023-02-03, 20:56

POLICJA PRZYGOTOWANA DO ZAPEWNIENIA BEZPIECZEŃSTWA NAD AKWENAMI

W ubiegłym roku na terenie województwa łódzkiego utonęło 30 osób. Policjanci przypominają o podstawowych zasadach bezpiecznego wypoczynku nad wodą. Przestrzeganie tych reguł pozwoli uniknąć wielu tragedii. Nad Zalewem Sulejowskim i Jeziorsko służbę pełnić będą funkcjonariusze tzw. policji wodnej. Pamiętajmy , że alkohol i brawura nie sprzyja bezpiecznemu wypoczynkowi.

Pod okiem wykwalifikowanych Policjantów Wodnych oraz przy zachowaniu wymaganych środków ostrożności, o których przypomina baner „Bezpiecznie nad wodą”, umieszczony na stronie KWP w Łodzi, możemy czuć się bezpiecznie nad największymi zbiornikami wodnymi woj. łódzkiego.

Sezonowe Komórki Wodne będą działać w terminach:

1.06. - 15.09. 2017 roku - w Bronisławowie na Zalewem Sulejowskim,

24.06. - 17.09. 2017 r. - w Smardzewicach nad Zalewem Sulejowskim

24.06. - 27.08. 2017 r. - w Poddębicach nad Zbiornikiem Jeziorsko.

Ponadto kontrolom doraźnym zostaną poddane inne zbiorniki wodne zwyczajowo przez okolicznych mieszkańców wykorzystywane do rekreacji.

Mandatami karnymi traktowane będą osoby korzystające z kąpielii w miejscach objętych zakazem kąpielii.

Zachęcamy do zapoznania się z zamieszczonymi poniżej Zasadami Bezpiecznego Wypoczynku nad wodą. Z powodu ich nieprzestrzegania co roku niepotrzebnie ginie bardzo dużo ludzi.

Ilość utonięć w poszczególnych latach kształtuje się nieregularnie i jest uzależniona w dużej mierze od wysokich temperatur powietrza i niewłaściwego zachowania.

Ilość osób, które straciły życie w wyniku utonięcia w poprzednich latach.

2012 - 40

2013 - 39

2014 - 23

2015 - 29

2016 - 30

2017 - 6

Do największej liczby utonięć dochodzi w rzekach /Warta, Pilica/, w drugiej kolejności w różnych stawach - przydomowych, rybackich.

Analiza utonięć na podległym terenie wskazuje, że nie ma żadnej reguły co do miejsc ich występowania. Przyczyn

większości wypadków należy upatrywać w nadmiernej brawurze osób zażywających kąpeli, słabego rozeznania zbiornika wodnego, braku umiejętności lub odpowiedniego przygotowania kondycyjnego do pływania, niestosowania indywidualnych środków ochrony, braku zachowania stanu trzeźwości, nieostrożności podczas przebywania nad wodą, nieostrożności podczas łowienia ryb.

Szczególną troską należy otoczyć dorosłych mężczyzn, gdyż stanowią oni co najmniej 90 % wypadków utonięć.

Analizując stan przygotowań do wakacji, w przenośni możemy stwierdzić, że Policja została postawiona na baczność wokół zbiorników wodnych.

Jednak znając realia, aby być bezpiecznym nad wodą należy stosować samokontrolę, kąpać pod okiem wykwalifikowanych Ratowników i Policjantów Wodnych oraz przy zachowaniu wymaganych środków ostrożności, o których przypomina folder Bezpiecznie nad wodą, umieszczony na stronach internetowych Komend Policji w całym kraju.

Zasady bezpiecznej kąpeli

Ciepłe dni sprzyjają spędzaniu wolnego czasu nad wodą. Pamiętajmy, że bezpieczeństwo nasze i naszych dzieci nad wodą zależy w dużej mierze od nas samych. Przestrzegajmy podczas wypoczynku nad wodą podstawowych zasad.

Najczęstszymi przyczynami utonięć są:

1. Brak umiejętności pływania,
2. Brawura, przecenianie swoich sił i umiejętności pływackich,
3. Pływanie w stanie nietrzeźwym. Alkohol powoduje zaburzenia zmysłu, równowagi i orientacji,
4. Niedocenianie niebezpieczeństwa w wodzie,
5. Pływanie w miejscach zabronionych,
6. Skoki "na główkę" do wody w nieznanym miejscu,
7. Pływanie obok statków, barek i łodzi motorowych, w pobliżu śluz i zapór wodnych,
8. Siadanie na rufie kajaku lub na burcie łodzi,
9. Nieumiejętność postępowania w przypadku wywrócenia się kajaku lub łodzi,
10. Lekkoomyślna zabawa polegająca na wrzucaniu innych do wody oraz zanurzaniu osób pływających,
11. Pływanie w miejscach zarośniętych wodorostami.

Zasady bezpiecznej kąpeli:

1. Pływaj tylko w miejscach strzeżonych czyli tam gdzie jest ratownik WOPR. Bardzo lekkomyślne jest pływanie w miejscach gdzie kąpiel jest zakazana. Informuj o tym znaki i tablice. Nie wolno też pływać na odcinkach szlaków żeglugowych oraz w pobliżu urządzeń i budowli wodnych. W przypadku wejścia do niestrzeżonych zbiorników każdorazowo należy sprawdzić głębokość i strukturę dna,
2. Przestrzegaj regulamin kąpieliska na którym przebywasz. Stosuj się do uwag i zaleceń ratownika,
3. Nie pływaj w wodzie o temperaturze poniżej 14 stopni (optymalna temperatura 22-25 stopni),
4. Nie pływaj w czasie burzy, mgły (kiedy widoczność jest poniżej 50m), gdy wieje porywisty wiatr,
5. Nie skacz rozgrzany do wody. Przed wejściem do wody ochlap nią klatkę piersiową, szyję, krocze i nogi - unikniesz wstrząsu termicznego, którego nasz organizm bardzo nie lubi,
6. Nie pływaj w miejscach gdzie jest dużo wodorostów lub wiesz, że występują zawirowania wody lub zimne prądy. Pływaj w miejscach dobrze Ci znanych,
7. Nie skacz do wody w miejscach nieznanych. Może się to skończyć śmiercią lub kalectwem. Absolutnie zabronione są w takich miejscach skoki "na główkę",
8. Nie baw się w przytapianie innych osób korzystających z wody, spychanie do wody z pomostów, z materacy. Zabawy w wodzie powinny być dostosowane do Twoich umiejętności pływackich, wykluczające ryzyko i eskalację niebezpiecznych zachowań (brutalności, agresji, rywalizacji i wygłupów),
9. Pamiętaj, że materac dmuchany nie służy do wypływania na głęboką wodę, podobnie jak i nadmuchiwane koło,
10. Nigdy nie pływaj po spożyciu alkoholu,
11. Kąpiąc się na kąpieliskach zwracaj uwagę na osoby obok nas. Może się okazać, że ktoś będzie potrzebował Twojej pomocy. Jeżeli będziesz w stanie mu pomóc to uczyn to, ale w granicach swoich możliwości. Jeżeli nie będziesz się czuł na siłach to zawiadom inne osoby,

12. Nie przystępuj do pływania na czczo - wzmożona przemiana materii osłabia Twój organizm,
13. Nie pływaj również bezpośrednio po posiłku - zimna woda może doprowadzić do bolesnego skurczu żołądka, co może ponieść za sobą bardzo poważne konsekwencje,
14. Nie przeceniaj swoich umiejętności pływackich. Jeżeli chcesz wybrać się na dłuższą trasę pływacką, pływ asekurowany przez łódź lub przynajmniej w towarzystwie jeszcze jednej osoby. Na głowie powinieneś mieć założony czepek abyś był widoczny dla innych w wodzie. Możesz do tego celu użyć bojki na szelkach.
15. Po kąpeli nie jest wskazany duży wysiłek fizyczny. Lepiej udać się na spacer a po godzinie można organizować sobie zajęcia bardziej intensywne. Nie przebywaj w wodzie zbyt długo ani też nie wchodź do niej po zbyt krótkiej przerwie,
16. Intensywny wysiłek wzmaga łaknienie i dlatego po ukończeniu pływania należy zjeść posiłek. Dzieci powinny coś zjeść obowiązkowo,
17. Nie wypływaj za daleko od brzegu po zapadnięciu zmroku. Pływanie po zachodzie słońca jest niebezpieczne,
18. Jeśli nie chcesz się przeziębic to po skończonej kąpeli przebierz się w suche ubranie, nie przebywaj w mokrych rzeczach na wietrze - możesz doprowadzić do znacznego oziębienia organizmu.

19. Dbaj o czystość wody w której pływamy. Nie załatwiał do wody potrzeb fizjologicznych (pilnuj, aby dzieci przed kąpielą załatwiły się). Jeżeli są do tego warunki do, wody wchodź po uprzednim umyciu się pod prysznicem (znajdują się one prawie zawsze na kąpieliskach zorganizowanych i na pływalniach).

20. Bawiąc się w wodzie nie zakłócajcie wypoczynku i kąpeli innym, przede wszystkim nie krzyczcie, nie popychajcie innych;

21. Nie wrzucajcie przedmiotów do wody;

22. Jeśli dzieci są w wodzie miejcie nad nimi ciągły nadzór, również gdy potrafią pływać. Zwykle zachłyśnięcie wodą może skończyć się utonięciem;

23. Nie pozostawiajcie na brzegu swoich rzeczy bez opieki. Jeśli są one cenne to oddajcie je lepiej do przechowalni lub pozostawcie w domu;

24. Korzystając ze sprzętu pływającego zawsze sprawdzajcie jego sprawność i ubierajcie kamizelkę ratunkową. Bezwzględnie zakładajcie kamizelkę dziecku;

25. Nie pływajcie łódkami, kajakami, rowerami czy motorówkami zbyt blisko kąpiących się;

26. Korzystając z materaca nie odpływajcie zbyt daleko od brzegu.

BEZPIECZNY WYPOCZYNEK NA SŁOŃCU

Letnie miesiące sprzyjają spędzaniu wolnego czasu na słońcu. Aby uchronić nasze dzieci przed nieprzyjemnymi doświadczeniami, pamiętajmy o kilku podstawowych zasadach.

Zasady bezpiecznego przebywania na słońcu:

1. Zachowaj umiar w przebywaniu na słońcu,
2. Noś nakrycia głowy i okulary słoneczne (UWAGA! Noszenie ciemnych okularów bez filtra jest szkodliwe. Żrenica, do której dochodzi mniej światła, rozszerza się, dzięki czemu do wnętrza oka wnika więcej promieni UV),
3. Unikaj wysiłku w pełnym słońcu,
4. Chroń się w cieniu w godzinach południowych,
5. Jeśli musisz przebywać na słońcu, stosuj filtry ochronne.

Oparzenia słoneczne

W razie znacznego bólu lub wystąpienia pęcherzy, trzeba zwrócić się do lekarza. Stosowanie kremów przeciwzapalnych z zawartością kortykosteroidów przyspieszy gojenie się skóry. Z naturalnych sposobów łagodzenia oparzeń słonecznych można polecić okłady z kefiru lub jogurtu. Nie wolno wychodzić na słońce, dopóki nie ustąpi zaczerwienienie i wrażliwość na ucisk.

Udar słoneczny

Pierwszym jego objawem jest zmęczenie, osłabienie, bladość skóry, silne pocenie, płytki i szybki oddech, bóle głowy, wysoka temperatura ciała, mdłości a nawet wymioty. W tym wypadku chory powinien być natychmiast przeniesiony w zacienione, przewiewne miejsce. Kładziemy go w pozycji półleżącej, kładziemy zimny kompres lub owijamy ciało zmoczonym w zimnej wodzie ręcznikiem. Podajemy (tylko osobie przytomnej) napoje, najlepiej wodę, sok owocowy lub pomidorowy. Osoba ta powinna być zbadana przez lekarza.