

ПАМ'ЯТКА

Як уберегтися від удару блискавки

У літні місяці сильна спека в Україні чергується із грозами й супроводжується блискавками, які можуть становити небезпеку для життя людини та її майна.

Ураження блискавкою можливе у випадку перебування людини як під відкритим небом, так і в закритому приміщенні поблизу працюючого електрообладнання.

Летальність при ураженні блискавкою становить майже 30 відсотків, а люди, які вижили, досить часто залишаються інвалідами.

Щоб уникнути ураження блискавкою, необхідно дотримуватися таких правил:

- Не знаходитися на відкритій місцевості під час грози, особливо на полі, пляжі або водоймах.
- Якщо ви опинилися на відкритій місцевості, то не треба бігти й метушитися, а необхідно присісти, нахиливши голову, та тримати ступні ніг і коліна разом.
- Найкраще місце для схову – низовина, яма, заглиблення в землі.
- Не можна ховатися під високі та поодинокі дерева. Блискавка дуже рідко влучає в чагарники, тож бажано ховатися біля кущів.
- Не можна наближатися до ліній електропередач.
- Не контактувати з металевими предметами.
- Утриматися від дзвінків по мобільному телефону.
- Якщо гроза застала вас під час купання, то слід добиратися до берега повільно, спокійно, не вимахуючи руками. На березі відійти подалі від води та перевдягнутися в сухий одяг.
- Якщо ви у приміщенні, постарайтеся не користуватись електроприладами, мобільним телефоном, водою з-під крана.
- Стежте за прогнозом погоди, щоб негода не застала вас зненацька.

Головна небезпека ураження блискавкою – це ураження серця (порушення ритму чи навіть повна зупинка), пошкодження внутрішніх органів і тканин, важкі опіки, втрата свідомості, судоми, зупинка дихання.

При ураженні постраждалого блискавкою торкатися його та надавати необхідну допомогу безпечно.

Перша допомога при ураженні блискавкою:

- Покласти постраждалого на тверду поверхню в горизонтальне положення. **Негайно зателефонувати до екстреної медичної допомоги – 103.**
- Якщо постраждалий у критичному стані (відсутність дихання, відсутність реакції зіниць на світло), потрібно негайно розпочати серцево-легеневу реанімацію.
- Якщо постраждалий утратив свідомість, але дихає, то необхідно зберігати положення на боці (у разі рвоти).
- За наявності дихання провести огляд постраждалого з метою виявлення травм, опіків. Накласти на місце опіку антисептичну пов'язку, чистий бинт або марлю, дати знеболювальне.
- Забезпечити постійний нагляд за постраждалим до приїзду бригади екстреної (швидкої) медичної допомоги.

**Постраждала людина має шанс на життя,
якщо своєчасно надати їй першу домедичну допомогу!**