



ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ  
ІШКІ ІСТЕР МИНИСТРЛІГІНІҢ  
ТӨТЕНШЕ ЖАҒДАЙЛАР КОМИТЕТІ  
АҚМОЛА ОБЛЫСЫНЫҢ  
ТӨТЕНШЕ ЖАҒДАЙЛАР ДЕПАРТАМЕНТІ

# СУДА ҚАТЕРГЕ ҰШЫРАҒАН АДАМҒА АЛҒАШҚЫ КӨМЕК КӨРСЕТУ



## ҚОЛТЫҒЫНАН УСТАП СҮЙРЕУ



Құтқарушы суға батушыны қол астынан ұстап, шалқасынан жүзе отырып сүйреп шығарады.

## ШАШЫНАН СҮЙРЕУ



Суға батушыны бір қолмен шашынан немесе жағасынан ұстап, басын су бетінде ұстауға тырысып, көз қалған тәсілмен жүзу.

## ШЫНТАҒЫНАН ЖОҒАРЫ УСТАП СҮЙРЕУ



Суға батушының артынан екі қолынан ұстап артқа қарай тартып, өзі сол (оң) қолын оның қолының астынан арқасына өткізіп, басқа қолынан шынтағынан жоғары ұстап, бір қырымен жүзу.



### ЕСТЕ САҚТАҢЫЗ!

ЗАРДАП ШЕГУШІНІҢ ӨМІРІН ТЫНЫС АЛУЫ  
ТОҚТАҒАННАН КЕІН 6 МИНУТТАН  
КЕШІКІРМЕЙ ҚАЙТАРУҒА БОЛАДЫ

## АЛҒАШҚЫ КӨМЕК КӨРСЕТУ



Зардап шегушінің басын қисайта бұрып аузын құмнан, лайдан, ал асқазан мен тыныс алу жолдарын судан тазартыңыз. Осы әрекеттерге 15 секундтан артық уақыт кетпеуі тиіс.



Зардап шегушінің дем алуын және тамыр соғысын енықтаңыз. Бұлар байқалмаған жағдайда ауызбен дем алдыру қажет. Мойын астына киімді орап төсеп, басын бәрінше шалқайту керек. Мұрынның қысып тұрып, құтқарушы терең дем алып, зардап шегушінің аузына дем береді.



Жасанды тыныс берумен бір мезгілде жүрек сыртынан массаж жасауға болады. Төс сүнектің жоғарғы үштен бір бөлігіне алақандарын айкастыра қойып, бір адам жасаса 10-12 рет жиілікпен 2 рет үрлеп басады, ал екі адам жасағанда 5 рет басқанда 1 рет ауа үрлеуге болады.

**ҚҰТҚАРУ ҚЫЗМЕТІНІҢ ТЕЛЕФОНЫ - «112»**





ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ  
ІШКІ ІСТЕР МИНИСТРЛІГІНІҢ  
ТӨТЕНШЕ ЖАҒДАЙЛАР КОМИТЕТІ  
АҚМОЛА ОБЛЫСЫНЫҢ  
ТӨТЕНШЕ ЖАҒДАЙЛАР ДЕПАРТАМЕНТІ

# СУДАҒЫ ТӘРТІП ЕРЕЖЕЛЕРІ



1



Жабдықталмаған жерлерде  
шомылуға тыйым салынады

2



Суға жалғыз түспеңіз,  
жаныңызда адамдар болуы тиіс!

3



Бейтаныс жерге сүңгімеңіз!  
Су түбінде не бар екені белгісіз!

4



Үрлемелі матрастар және  
шеңбермен жағадан алыс кетпеңіздер!

5



Қолдан жасалған құрылғыларда жүзуден  
аулақ болыңыз, олар сіздің салмағыңызды  
көтере алмай, аударылуы мүмкін

6



Су жағасында балаларды  
қараусыз қалдырмаңыздар!

7



Су жағасында  
ішімдік ішпеңіздер!

8



Қайық, катамаран және басқа  
жүзу құралдарына асылмаңыздар!

ҚҰТҚАРУ ҚЫЗМЕТІНІҢ ТЕЛЕФОНЫ - «112»