

Ära lase purjus sõpra vette!

Pikkadel soojadel suvepäevadel ei taha keegi kodus olla. Kuumusest pääsemiseks minnakse sageli veekogude äärde, kus võetakse päikest, supeldakse, mängitakse jne. Puhates ei viitsita mõelda tõsistele asjadele, sealhulgas ohutusteamale, eirates sellise käitumisega ka reegleid, juhiseid ja hoiatusi supluskohtades. Selle tagajärjel registreeriti eelmisel aastal Eestis 97 uppumissurma, neist 16 Virumaal. Käesoleval aastal on 5. juuni seisuga uppunud juba 15 inimest, sealhulgas kaks Ida-Virumaal – Sillamäel ja Narvas.

Põhjusi, miks uputakse, on palju: nõrk ujumisoskus, järelevalveta lapsed, tervislik seisund, ujumine selleks mitte ettenähtud kohtades, paadisõitu eeskirjade rikkumine jms. Kuid tõsi on, et enamiku veeõnnetuste algpõhjus on tänapäeval ikkagi alkohol. Seetõttu on selgi aastal Päästeameti veeohutuskampaania sõnumid suunatud vee ääres pidutsevate noorte seltskondadele. „Kui jood, ära uju ega luba vette ka alkoholi tarvitanut ligimest,“ kõlavad praegu meie õpetussõnumid läbi paljude meediakanalite. Kampaania loovlahendused on üles ehitatud sõbralikule soovitusel kerges huumorivõtmes. Veeohutuskampaania videolõike ja muid materjale leiad aadressilt: <http://veeohutus.ee/et/kampaania-2011>.

Veeohutusnõuete täitmine pole tuumareaktori käivitamine. Juhised ja reeglid on lihtsad ja meelde jäävad. Nende täitmise auhinnaks aga eredad ja rõõmsad mälestused ohutult ja muretult veedetud suvest. Veeohutusreeglite täitmisega kindlustad endale ja oma sõpradele ka järgmise suve.

Leia sobiv koht

Ujuma mine alles siis, kui vee temperatuur on ühe meetri sügavuselt mõõtes vähemalt 19-20°C. Ujumiskoha põhi peab olema liivane, ühetasane ja aegamisi sügavamaks muutuv. Jõgedes sobivad ujumiseks madalad, aeglase vooluga kohad. Ujumine karjäärides, kanalites, mudase vajuva põhjaga järvedes, kiirevoolulistest jõgedes, tiikides ja teistes vohavate vesikasvudega kohtades on ohtlik. Valva lapsi! Jälgi last isegi siis, kui ta on vees ujumISRõnga või -madratsiga.

Tea oma võimeid

Hea ujuja suudab peatuseta ujuda umbes kilomeetri. Kui Sa ei ole nii hea ujuja, siis on targem ujuda kalda poole või piki kallast. Vali ujumiseks vee sügavus nii, et seistes ulatuksid jalad põhja.

Välgi ujumist alkoholijoobes

Alkoholi tarvitanuna ei suuda Sa ujuma minnes oma võimeid objektiivselt hinnata - oled endas kindel, et suudad ujuda sama hästi kui kainena. Ujumisel on kindel rütm, kuidas käed ja jalad koos töötavad ja mis hetkel sisse-välja hingad. Purjus inimese liikumises pole mingit rütmi - Sinu liigutused ei ole kontrollitavad, koordinatsioonihäirete tõttu võib vesi sattuda hingamisteedesse ja satud paanikasse.

Vette mine, ära hüppa

Tihti peale satuvad suplejad haiglasse, sest said trauma vette hüppamise tagajärjel. Tundmatus kohas vette hüppamisel ei tea Sa kunagi, mis võib veepõhjas olla. Tumedas vees võivad märkamatuks jääda ka teravad kivid, kännud, augud jm ohud. Samuti ei tea Sa vee sügavust ja põhja reljeefi ja võid hüpata peaga põhja, mille tagajärjel saab vigastada lülisammas. Vigastuse võib saada ka vales asendis vette maandumisel.

Veeõnnetuse korral hüüa appi

Kui oled sattunud vees hätta, kui oled väsinud ja tunned, et ei jõua enam kaldale ujuda, siis hüüa alati appi nii kõva häälega kui suudad. Jää rahulikuks, rabeledes kulutad asjatult energiat ja väsid veelgi rohkem. Puhka vees rahulikult hõljudes, kui kallas on lähedal, siis proovi selleni ujuda.

Ära luba joobes inimest vette! Meetodeid selle ärahoidmiseks on väga palju, alates tähelepanu kõrvale juhtimisest kuni lõpetades põõsasse ahvatlemisega. Juhendid selleks leiad aadressilt: <http://issuu.com/estonianrescueboard/docs/nimiraamat> Kui inimene reageerib kutsele ebaadekvaatselt või ei reageeri üldse, siis helista 112 ja seejärel jätkka tema vette mineku takistamist.

Ilusat suve ja ohutut veekogude ääres viibimist!

Natalja Lebedeva

Ida-Eesti päästekeskus

Ennetustöö büroo juhataja kt