

## **О необходимости соблюдения мер безопасности на отдыхе у воды...**

С мая месяца специалистами санитарно-эпидемиологической службы осуществляется регулярный отбор проб воды в зонах рекреаций города Могилева и Могилевского района. Так, за текущий теплый период года специалистами УЗ «Могилевский зональный центр гигиены и эпидемиологии» отобрано 70 проб воды из водоемов на соответствие гигиеническим нормативам по микробиологическим и санитарно-химическим показателям.



По результатам проведенных лабораторных испытаний установлено, что по состоянию на 16.07.2024 купание **безопасно в зонах рекреаций г.Могилева: Печерского водохранилища, Гребеневского водохранилища (святого озера), а также в зоне рекреации д.Вильчицы Могилевского района.**

Однако, для безопасного отдыха необходимо соблюдение не только гигиенических рекомендаций по выбору мест купания, но и правил безопасности:

- При купании необходимо плавать так, чтобы вода не попадала на слизистую глаз, носа и в рот. Будьте также внимательны к тому, чтобы после активного плавания и плескания в реке в ушах не оставалось воды – даже ее капелька приводит к серьезным последствиям: нагноению, диким болям и менингиту. Рекомендуется во время купания использовать специальные затычки для ушей.

- После купания крайне важно ополоснуться чистой водой с мылом, а ссадины и ранки - обработать антисептическими средствами.

- Нельзя пить воду из открытого водоема.

- Не стоит использовать воду из водоема для приготовления пищи, мытья посуды, фруктов и овощей.

- Нужно предохраняться от теплового удара и не стоит обсыхать на солнце – капли, как линзы, собирают лучи, и кожа в результате может покрыться

болезненными волдырями. Поэтому после купания сразу вытирайтесь полотенцем. Особенно важно следить за тем, чтобы дети не пренебрегали этим правилом.

- Купание в пруду или речке жарким летним днем – весьма приятное занятие, но для непривычного к активным водным процедурам организма холодная вода может стать серьезным испытанием. Если вы страдаете заболеваниями сердечно-сосудистой системы, резкий перепад температуры доставит очень неприятные ощущения. В этом случае рекомендуется постепенно приучать тело к холодной воде, и ни в коем случае не бросаться в нее с разбега.

- Запрещается: купаться в нетрезвом состоянии, баловаться на воде, подавать ложные сигналы о помощи, нырять с необорудованных для этих целей мест.

Будьте бдительны во время отдыха на пляже и купания в водоемах.

Заведующая отделением  
коммунальной гигиены

Воронова Оксана  
Эдмундовна