

Ναυαγοσωστική για όλους...



ΝΑΥΑΓΩΣΩΣΤΙΚΗ



Του Νικολάου Κ. Ποβανίδη,
Διευθυντή Ελληνικής
Ναυαγοσωστικής Ακαδημίας

Όταν ένας άνθρωπος κινδυνεύει να πνιγεί, η ψυχολογική του κατάσταση είναι συγκεκριμένη και συνεπώς οι αντιδράσεις του είναι προβλέψιμες για τον εκπαιδευμένο Ναυαγοσώστη. Για όλους τους άλλους είναι μια έκτακτη ανάγκη η οποία δημιουργείται μπροστά στα μάτια τους, ίσως και για πρώτη φορά στη ζωή τους και αυτόματα πανικοβάλλονται, με αποτέλεσμα αντί παροχή βοήθειας για διάσωση, να αυξάνουν τον κίνδυνο.

Φυσικά ένα άτομο μπορεί να πνίγεται για πολλούς λόγους: μπορεί να μη γνωρίζει κοιλύμπι, ή οι κοιλυμβητικές του ικανότητες να μην του επιτρέπουν ν' αντιμετωπίσει ψύχραιμα ακόμη και μια απλή κρίση, ή να είναι φαγωμένος, ή να είναι μεθυσμένος, κλπ.

Το μυαλό του θύματος ανάλογο με την περίπτωση, παύει να σκέφτεται λογικά, με αποτέλεσμα να πανικοβάλλεται και να επιταχύνει τον πνιγμό. Επειδή μάλιστα δεν πατά κάπου σταθερά, ειδικά αν δεν γνωρίζει κοιλύμπι, νιώθει ότι ολόκληρο το σώμα τον ρουφάει προς τα κάτω. Αυτό τον κάνει να

έχει ανεξέλεγκτη συμπεριφορά και θα αρχίσει να χρησιμοποιεί για να επιπλεύσει οτιδήποτε -έμπυχο ή άψυχο- βρεθεί μπροστά του, χωρίς διακρίσεις. Θα αρπάξει οτιδήποτε και θα το πιέσει προς τα κάτω, προκειμένου να μπορέσει να ισορροπήσει, να στηριχτεί και να αναπνεύσει. Κι αν μεν αυτό το "οτιδήποτε" είναι αντικείμενο, έχει καλώς. Αν είναι όμως άνθρωπος και μάλιστα χωρίς γνώσεις ναυαγοσωστικής, τα πράγματα παίρνουν άλλη τροπή. Γιατί τότε, είναι πολύ εύκολο ν' αντιστραφούν οι όροι και να παίξουν και οι δύο πρώτο ρόλο στην τραγωδία. Κι όλα αυτά λίγα μόλις εκατοστά κάτω από την επιφάνεια του νερού.

Συγκεκριμένα αναφέρουμε από τις στατιστικές των πνιγμών που καταγράφονται κάθε χρόνο, ότι πολλές φορές έχουμε διπλούς και τριπλούς πνιγμούς από τους εθελοντές "διασώστες" που σπεύδουν χωρίς να γνωρίζουν ή να κατέχουν ναυαγοσωστικές γνώσεις για να σώσουν κάποιο θύμα επικείμενου πνιγμού. Με αυτά τα απλά λόγια προσπαθήσαμε να σχεδιάσουμε το προφίλ ενός πνιγμού στη θάλασσα, ή σε κάποια πισίνα, ή οπουδήποτε υπάρχει νερό. Ελπίζουμε να πειστήκατε ότι οι αυθαιρέτες κινήσεις σε κάποιο ανάλογο περιστατικό, που μπορεί να συμβεί απρόσμενα μπροστά σας, δηλαδή η αυθόρμητη προθυμία σας για βοήθεια, είναι ακριβώς ό,τι δεν πρέπει να κάνετε.

Οι εκπαιδευτές της Ελληνικής Ναυαγοσωστικής Ακαδημίας - Ε.Ν.ΑΚ., σας προτείνουν οκτώ εναλλακτικούς τρόπους διάσωσης, που δεν απαιτούν να γνωρίζετε κοιλύμπι και να έχετε γνώσεις Ναυαγοσωστικής - αλλά μπορούν καλύτερα να σας βοηθήσουν να σώσετε μια ζωή. Όμως, αν έχουμε τη δυνατότητα να κάνετε με απλές, αλλά σωστές ενέργειες,



ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ 1

Διάσωση με ρίψη σωσιβίου

ΧΩΡΟΣ: Πισίνα - Πλοίο - Βάρκα - Προβλήτα.

ΕΝΕΡΓΕΙΑ: Όταν κάποιος κινδυνεύει, αναζητούμε στους γύρω τοίχους ή χώρους, σωσίβιο.

Αν υπάρχει, το πετάμε στον πνιγόμενο, φωνάζοντάς του πολύ δυνατά να το πιάσει. Το σωστό είναι το σωσίβιο να έχει και σχοινί (περίπου 25 μέτρων), για να μπορέσουμε, πρώτον, να το ξαναπετάξουμε σε περίπτωση που αστοχήσουμε και δεύτερον, μόλις το πιάσει να τον ρυμουλκήσουμε στο σταθερό σημείο όπου βρισκόμαστε.

ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ 2

Διάσωση με έκταση του χεριού μας

ΧΩΡΟΣ: Πισίνα - Βάρκα - Προβλήτα.

ΕΝΕΡΓΕΙΑ: Όταν κάποιος κινδυνεύει και βρίσκεται κοντά στην άκρη σταθερού σημείου, ξαπλώνουμε μπροστά ακουμπώντας όλο το σώμα μας κάτω. Κατόπιν του φωνάζουμε ότι ήρθαμε να τον βοηθήσουμε και του προτείνουμε, κυριολεκτικά, χείρα βοθείας, για να τον τραβήξουμε στο σημείο όπου βρισκόμαστε.

ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ 3

Διάσωση με έκταση του ποδιού μας

ΧΩΡΟΣ: Πισίνα - Βάρκα - Προβλήτα.

ΕΝΕΡΓΕΙΑ: Όταν κάποιος κινδυνεύει και βρίσκεται κοντά στην άκρη σταθερού χώρου, πιανόμαστε από κάποιο σταθερό σημείο, ή ξαπλώνουμε. Κατόπιν φωνάζουμε ότι ήρθαμε να τον βοηθήσουμε και τεντώνουμε το πόδι μας για να το πιάσει ώστε να τον τραβήξουμε έξω.

ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ 4

Διάσωση με την βοήθεια κονταριού, κουπιού ή πετσέτας

ΧΩΡΟΣ: Πισίνα - Βάρκα - Προβλήτα

ΕΝΕΡΓΕΙΑ: Όταν κάποιος κινδυνεύει σε σχετικά κοντινή απόσταση από εμάς και δεν τον φτάνουμε με έκταση του χεριού ή του ποδιού μας, αναζητούμε κάποιο κοντάρι, ή σανίδα, ή οτιδήποτε "προεκτείνει" το χέρι μας, ακόμη και αν αυτό είναι ένα κλαδί. Αν βρισκόμαστε σε βάρκα, χρησιμοποιούμε το κουπί, τη λαγουδέρα ή την αβάρα (γάντζο). (ΠΡΟΣΟΧΗ στην αβάρα: πρέπει να την δώσουμε ανάποδα και όχι με τον γάντζο προς τον πνιγόμενο, γιατί μπορεί να τραυματιστεί). Αν κάνουμε απλή ήλιοθεραπεία, μπορούμε να χρησιμοποιήσουμε μια

πετσέτα θαλάσσης κάνοντάς την μασούρι, που καλό θα ήταν να την κρατάμε γερά για να μη μας φύγει από τα χέρια. Στα κολυμβητήρια υπάρχει ειδικός γάντζος.

ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ 5

Διάσωση με τη ρεζέρβα του αυτοκινήτου

ΧΩΡΟΣ: Θάλασσα - Λίμνη.

ΕΝΕΡΓΕΙΑ: Όταν κάποιος κινδυνεύει στα βαθιά, η ρεζέρβα του αυτοκινήτου είναι το ιδανικότερο μέσο προς χρήση. Αν και έχει την μεταλλική ζάντα πάνω της, επιπλέει θαυμάσια και μπορείτε να κολυμπήσετε ως τον πνιγόμενο και να του τη δώσετε, χωρίς να τον πλησιάσετε και να κινδυνεύσετε από ενδεχόμενη επίθεση του θύματος εναντίον σας. Κατόπιν, από απόσταση ασφαλείας ενθαρρύνετε το θύμα να κολυμπήσει προς τα ρηχά.

ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ 6

Διάσωση με ρίψη αντικειμένων

ΧΩΡΟΣ: Θάλασσα - Λίμνη - Πισίνα.

ΕΝΕΡΓΕΙΑ: Όταν κάποιος κινδυνεύει και δεν έχετε γύρω σας τίποτα ικανό να σας βοηθήσει, αναζητήστε αντικείμενα που επιπλέουν και δώστε τα στο πνιγόμενο - όπως π.χ. μια κολυμβητική σανίδα, ένα πλαστικό δοχείο, ένα μπιτόνι κ.λ.π.

ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ 7

Διάσωση με την βοήθεια βάρκας

ΧΩΡΟΣ: Θάλασσα - Λίμνη.

ΕΝΕΡΓΕΙΑ: Όταν κάποιος κινδυνεύει στα βαθιά και υπάρχει κοντά μας βάρκα, τον πλησιάζουμε με πολλή προσοχή για να μη τον κτυπήσουμε και τον αφήνουμε να πιαστεί από τη βάρκα. Όταν ηρεμήσει, αν δεν μπορούμε να τον ανεβάσουμε στη βάρκα, τον ρυμουλκούμε στην ακτή ή την προβλήτα, αφού βεβαιωθούμε ότι κρατιέται καλά.

ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ 8

Διάσωση με ανθρώπινη αλυσίδα

ΧΩΡΟΣ: Θάλασσα - Λίμνη.

ΕΝΕΡΓΕΙΑ: Όταν κάποιος κινδυνεύει σε νερά που δεν βαθαίνουν απότομα και υπάρχει και αρκετός κόσμος γύρω μας, μπορούμε να δημιουργήσουμε μια ανθρώπινη αλυσίδα, να τον πλησιάσουμε και να τον τραβήξουμε έξω.

Το παραπάνω άρθρο είναι μάθημα από την εκπαίδευση του Επαγγελματία Ναυαγοσώστη.

*Για περισσότερες πληροφορίες απευθυνθείτε στην ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΝΑΥΑΓΟΣΩΣΤΙΚΗ ΑΚΑΔΗΜΙΑ - ENAK. Αναγνωρισμένη Σχολή από το Υπουργείο Εμπορικής Ναυτιλίας
Τηλ.: 210-9575470
www.enak.gr - info@enak.gr.*