

**Apstiprinu**  
Liepājas Valsts tehnikums

Direktors  
(A. Ruperts)

2023. gada 2. janvāris

**DDI – 47 - 2023**

***DROŠĪBAS TEHNIKAS NOTEIKUMI, KAS JĀIEVĒRO,  
PELDOITIES, ATRODOTIES UZ ŪDENSKRĀTUVJU LEDUS VAI  
TO TUVUMĀ UN BRAUCOT AR LAIVU***

*Izstrādāti saskaņā ar Ministru kabineta 2009. gada 24. novembra noteikumiem Nr. 1338  
"Kārtība, kādā nodrošināma izglītojamo drošība izglītības iestādēs un to organizētajos  
pasākumos."*

**1. Peldvietas izvēle:**

- 1.1. ūdenskrātuve nedrīkst būt piesārņota ar ķīmikālijām, toksiskām un indīgām vielām;
- 1.2. peldvietas krastam jābūt lēzenam (*vēlams, lai dziļuma kritums uz 4 garuma metriem nepārsniedz 1 m*);
- 1.3. peldvietas dibenam jābūt tīram. Nedrīkst būt stikli, konservu bundžas, lieli akmeņi, ūdenszāles, iedzītie pāļi un citi priekšmeti, saskaroties ar kuriem, var gūt traumu;
- 1.4. upē straumes tecēšanas ātrumam jābūt mazam;
- 1.5. par peldvietu nedrīkst izmantot vietu, kur ir pieslēgti vairāki ūdenstransporta līdzekļi.

**2. Kas jāievēro pirms sākt peldēties:**

- 2.1. nedrīkst iet ūdenī, ja esi sakarsis vai sasvīdis, ir jānogaida 20 - 25 min. krastā, lai stabilizētos ķermeņa temperatūra;
- 2.2. nedrīkst strauji mesties ūdenī. Ieiet vajag pakāpeniski, un pirms sākt peldēt, visam jāsaslapinās;
- 2.3. vēlams, lai peldbiksēs būtu piesprausta drošības adata. Gadījumā, ja peldoties kājas vai rokas muskuli savelk krampis, ar drošības adatu jāiedur muskulī;

2.4. nedrīkst peldēties pēc ēšanas un lielas fiziskas slodzes (*starplaikam jābūt 30-40 min.*);

2.5. nedrīkst peldēties, ja ir lieli viļņi;

2.6. nav ieteicams iet peldēties vietās, kas ir mazpazīstamas, neatļautās vietās.

**3. Peldoties aizliegts:**

3.1. peldēt tālāk par norādīto peldēšanās vietu;

3.2. tuvoties garāmbraucošiem ūdenstransporta līdzekļiem;

3.3. rāpties uz bojām un brīdinājuma zīmēm;

3.4. lēkt ūdenī no ūdenstransporta līdzekļiem un citiem paaugstinājumiem;

3.5. lietot dažādus nepiemērotus ūdenstransporta līdzekļus;

3.6. traucēt citiem brīvi peldēt;

3.7. no krasta ienirt nezināmā vietā vai grūst citus ūdenī;

3.8. ienirstot ilgi uzturēties zem ūdens;

**4. Cēloņi, kas izraisa nelaiemes gadījumus peldoties;**

• noteikumu punktu 1., 2., 3. neievērošana vai pārkāpšana.

5. Glābšanas paņēmieni (*skat, pielikumu Nr.1*)

6. Glābšanas līdzekļi, to lietošana:

6.1. glābšanas riņķis;

6.2. glābšanas veste;

6.3. kārts;

6.4. dēlis;

6.5. virve ar galā piesietu peldošu priekšmetu;

6.6. ar glābšanas riņķi vai vesti nedrīkst lekt no liela augstuma ūdenī, jo var gūt kakla vai mugurkaula traumu.

7. Palīdzības sniegšana slīcējiem pirms ārsta izsaukšanas (*skat, pielikumu Nr. 2*).

8. Braukšana ar airu laivām (*izņemot piepūšamās un saliekamās*) ir atļauta, ja ir dokumenti par tehnisko apskati.

9. Noteikumi, kas jāievēro, braucot ar laivām:

9.1. jābrauc ar ātrumu, lai novērstu sadursmes;

9.2. braucot pa upēm, jāturas labajā pusē;

9.3. jāpalaiž garām pa straumi ejošā laiva;

9.4. ar motorlaivu drīkst braukt no 16 gadiem.

**10. Aizliegts:**

10.1. braukt miglā, tumsā bez signāliem;

10.2. apstāties zem tiltiem;

10.3. stāvēt kājās, mainīties vietām, šūpot laivu, nirt no laivas;

10.4. piesārņot ūdeni.

**Valsts ugunsdzēsības un glābšanas dienesta tālrunis - 112**  
**Neatliekamās medicīniskās palīdzības tālrunis -113**

## ***Kā jāglābj slīkstošs cilvēks.***

Slīkstošs cilvēks jāglābj cik vien iespējams ātri. Vispirms viņš jāuzmundrina, uzsaucot, ka tūlīt to izglābs. Tas slīcējam dod spēkus un palīdz noturēties virs ūdens. Sākumā jāmēģina sniegt palīdzību, izmantojot vienkāršākos līdzekļus: kārti, dēli, zaru, virves galā piesietu peldošu priekšmetu. Nepieciešamības gadījumā nekavējoties jāsniedz palīdzība tieši ūdenī. Pirms mešanās ūdenī jāizvēlas īsākais attālums līdz slīcējiem, Ņemot vērā straumi un krasta reljefu, jāpārlicinās vai, lecot ūdenī, nedraud briesmas. Pēc tam ātri novelk apavus un, ja laiks atļauj, arī apģērbu (*slīktākajā gadījumā tikai izvērš uz āru kabatas*). Lēkt ūdenī ar galvu uz leju nav ieteicams, labāk ir lēkt ar kājām uz leju, tās nedaudz saliecot. Ieteicams piepeldēt pie slīcēja no mugurpuses un neļaut tam satvert glābēja kājas, rokas, kaklu vai aptvert viņu ap vidukli un pavilkt zem ūdens.

1. Piepeldot klāt slīkstošajam, taupiet savus spēkus. Divu vai trīs metru attālumā no slīcēja ienirstiet un zem ūdens piepeldiet viņam no mugurpuses, centieties slīkstošo pavērst ar muguru pret sevi. Ja slīcējs satver jūs, **atbrīvojieties no satvēriena!**

1.1. Ja esat satverts aiz ķermeņa no priekšpuses, atspiedieties ar plaukstu pret slīkstošā seju un atgrūdiet to.

1.2. Ja esat satverts aiz rokām no augšas, atbrīvojieties ar spēju rokas rāvienu uz augšu un sānis. Ja esat satverts aiz rokām no apakšas, atbrīvojieties ar spēju roku rāvienu uz leju un sānis.

1.3. Ja esat satverts aiz kakla no mugurpuses, ar vienu roku satveriet slīkstošā plaukstu, ar otru - elkoni, celiet to uz augšu un, izgriežot roku, atbrīvojieties.

2. Slīkstošā nogādi uz krastu var veikt ar dažādiem paņēmieniem:

2.1. Pagrieziet slīcēju uz muguras, satveriet ar abām rokām aiz galvas vai padusēm, pašam peldot uz muguras un darbojoties tikai ar kājām, jāvirzās uz krastu.

2.2. Pagrieziet slīcēju uz muguras, izbāziet roku caur padusi, satveriet aiz zoda un, peldot uz sāniem ar vienu roku un kājām, virzieties uz krastu.

2.3. Pagrieziet slīcēju uz muguras, izbāziet roku caur padusi, satveriet otru roku virs elkoņa un jebkurā stilā peldiet uz krastu. Visu laiku turiet slīkstošā galvu virs ūdens.

Ja slīcējs jau ir zem ūdens, tad viņa iegrimšanas vietu var noteikt pēc gaisa burbulīšiem, kuri paceļas augšup no dziļuma. Lai atrastu slīcēju, jāienirst gaisa burbulīšu pacelšanās vietā, zem ūdens jāatver acis un uzmanīgi jāaplūko dibens. Ieraugot slīcēju guļam dibenā, tas jāsatver aiz apakšdelmiem vai galvas un strauji atgrūžoties no dibena, jāizpeld virspusē. Kad ir sasniegts krasts, slīcēju uzceļ uz viena vai abiem pleciem un iznes krastā.

Izvelkot slīcēju no ūdens, nekavējoties izsauciet ārstu, bet līdz tam nevilcinoties sniedziet pirmo palīdzību. Ja slīcējs nav zaudējis samaņu, novietojiet viņu siltā vietā un ļaujiet atpūsties. Ja zaudēta samaņa, ar pirkstiem iztīriet muti un degunu no smiltīm un dūņām, pēc tam atbrīvojiet elpošanas orgānus no ūdens (mēģiniet pacelt cietušo tā, lai no mutes un deguna iztecētu ūdens).

Ja slīcēju glābj, atrodoties laivā, tad viņam brauc klāt pretēji straumes virzienam. Ja ir stipri viļņi un vējš, tad piebrauc pretēji viļņu un vēja virzienam. Lai slīcējs varētu ilgāk noturēties virs ūdens, tam pasviež glābšanas riņķi. Šai nolūkā glābējs, kas atrodas laivā, satverot riņķi no iekšpuses un divas trīs reizes ar to

atvērējoties, met riņķi cik vien iespējams tuvu slīcējam. Glābjamais cilvēks, uzspiežot ar rokām uz riņķi, nostāda to vertikālā stāvoklī, izbāž riņķim cauri brīvo roku un galvu un uzmauc riņķi sev virsū. Var izmantot arī citus priekšmetus, kuri palīdz noturēties virs ūdens: korķa lodes, sausus dēļus u.tml.

Iecelt slīcēju laivā vislabāk tās pakaļgalā. Ja glābēji ir divi, tad viens nosēžas uz laivas pakaļgala, pārlietot kājas pāri malai, bet otrs pievirza laivas pakaļgalu pie slīcēja. Pēc tam aizmugurē sēdošais glābējs satver slīcēju zem padusēm un, nedaudz pavelkot viņu uz augšu, iebāž savas kājas pēdu starp glābjamā kājām. Pēc tam, atliecoties atpakaļ, ar otra glābēja palīdzību ievelk slīcēju laivā. Ja laivā ir tikai viens glābējs un viņam nav pa spēkam ievilkt slīcēju laivā, tad slīcējam, ja vien viņš ir pie samaņas, jāpieķeras pie laivas pakaļgala un, pie tā turoties, jāpeld uz krastu. Ja slīkstošais cilvēks ir bezsamaņas stāvoklī, tad glābējam, paceļot tā galvu augstāk, ar seju uz augšu, jāpiesien slīcējs ar virves cilpas palīdzību pie laivas pakaļgala. Ja ūdenī atrodas vairāki cilvēki, tad vispirms laivā ievelk to, kam nepieciešams nekavējoties sniegt palīdzību, bet pārējiem pasviež riņķus vai citus glābšanas līdzekļus.

## Kā sniegt pirmo palīdzību slīcējam

Kad slīcējs ir izvilkts krastā, nekavējoties jāatbrīvo tā elpošanas ceļi un kuņģis no ūdens. Ja cilvēks nav zaudējis samaņu un nav sācis spontāni vemt, tad ir vēlams izraisīt vemšanu, kairinot mēles sakni un rīkles aizmugurējo sienīņu. Ja slīcējs zaudējis samaņu, tas jānogulda uz vēdera ar seju lejup uz glābēja taisnā leņķī saliekta ceļa tā, lai slīcēja galva atrastos zemāk par vidukli. Pēc tam ar kabatlakatiņu, marles salveti vai tīru lupatiņu atbrīvo viņa muti un degunu no putām, netīrumiem un gļotām. Ja cietušā mute ir cieši aizvērta, jāmēģina to atvērt, cenšoties pavilkt apakšžokli uz leju, ar pirkstiem spiežot uz cietušā zoda. Dažkārt šim nolūkam izmanto ar lakatiņu aptītu naža asmeni, karotes kātu vai jebkuru citu plakanu priekšmetu, iebīdot to starp slīcēja dzerokļiem un darbojoties ar to kā ar sviru. Kad cietušā mute ir atvērta, no tās izvelk mēli un, uzmanot, lai mēle neaizkristu, atbrīvo elpošanas ceļus, plaušas un kuņģi no ūdens. Lai to izdarītu, tad ar delnām vairākas reizes ritmiski uzspiež cietušā krūškurvim no mugurpuses. Kad mutes dobums ir iztīrīts un plaušas un kuņģis atbrīvots no ūdens, slīcēju nogulda līdzenā, sausā vietā ar seju uz augšu, viņam noauj kājas, novelk slapjo apģērbu, apslauka viņu un uzsedz viņam segu. Ja cietušajam ir traumas, tad atkarībā no to veida viņam jāaptur asiņošana, jāimobilizē bojātie locekļi, jāuzliek pārsēji u.tml. Ja elpošana neatjaunojas, nekavējoties uzsāk mākslīgo elpināšanu; vislabāk lietot paņēmienu "no mutes mutē". Mākslīgo elpināšanu turpina, kamēr atjaunojas patstāvīga elpošana vai arī parādās nepārprotamas nāves pazīmes (*acu zilītes jau ilgāku laiku nereaģē uz gaismu, ķermenis sastingst*). Vienlaikus ar mākslīgo elpināšanu cietušajam novelk apģērbu un noberž tā ķermeni ar sausu audumu – ieteicams ar vilnas audumu. Iepriekš aprakstītie slīcēja atdzīvināšanas paņēmieni jāuzsāk cik vien iespējams ātri un jāveic enerģiski. Pēc tam, kad slīcējs ir atguvis samaņu, viņam dod karstu tēju vai kafiju, līdzekļus, kas veicina sirdsdarbību, nogulda siltā gultā un pieliek klāt termoforus.

## Atrodies uz ūdenskrātuvju ledus vai to tuvumā

1. Grūti noteikt, kad ūdenskrātuvēs izveidojusies droša ledus sega, jo traucē sals un atkusnis.
2. Bīstami iet uz ledus pavasarī.
3. 25 % visu nelaimes gadījumu uz ūdens izraisa drošības noteikumu pārkāpšana uz ledus pavasarī un vasarā.
4. Vietas, kur ledus ir bīstams arī ziemā:
  - 4.1. kur ietek notekūdeņi;
  - 4.2. kur ietek strauti un upes un iztek gruntsūdeņi;
  - 4.3. meldrāju un ūdensaugu vietās;
  - 4.4. kur ledus pārklāts ar biezu sniega kārtu;
  - 4.5. kur tumši un gaiši plankumi sniega segā;
  - 4.6. nenorobežotās ledus ieguves vietās un āliņģos.
5. Pārbaudīt ledus izturību var, sitot ar nūju 2 – 3x vienā vietā sev apkārt, ja tas nepļīst un ūdens neparādās, tad tas ir pietiekoši izturīgs.
6. Ledus izturība:
  - 6.1. 5 – 7 cm biezs ledus iztur viena cilvēka svaru;
  - 6.2. 12 – 15 cm biezs ledus iztur grupas svaru.
7. Izveidojot hokeja laukumu, ledus biezumam jābūt 25 cm, ūdens dziļumam šajā vietā – ne lielākam par 1 m.
8. Ja ledus ir ielūzis un tu atrodies āliņģī:
  - 8.1. nekādā gadījumā, cenšoties izkļūt no lūzuma, nedrīkst ģērbties pie ledus šķautnēm vai sagulties uz tām;
  - 8.2. rokas jāizpleš sānis, jābalstās uz ledus un jāsauc pēc palīdzības;
  - 8.3. tad jāpagriežas uz muguras tā, lai galva vai pleci nedaudz atbalstītos uz ledus malu;
  - 8.4. palīdzības sniedzējs nedrīkst iet vai skriet pie lūzuma. Lūzuma vietai jātuvojas lišus;
  - 8.5. no 2 – 4 m attāluma jāpamet cietušajam glābšanas līdzekļi.
9. Pirmās palīdzības sniegšana cietušajam:
  - 9.1. pēc iespējas ātrāk jānogādā siltā vietā;
  - 9.2. ķermenis jānoberž ar vilnas drānu un jāieģērbj sausās drēbēs (*berzēšanas kustības jāizdara virzienā no galvas uz kājām*);
  - 9.3. iedot karstu tēju.
10. Glābšanas līdzekļi un to lietošana:
  - 10.1. Aleksandrova virve (*virve ar mezgliem*);
  - 10.2. glābšanas dēlis;
  - 10.3. glābšanas kāpnes;
  - 10.4. glābšanas laivas uz sliecēm.