

Statistiken har de senaste 5 åren visat tämligen konstanta siffror när det gäller drunkningsdöden, dock med en påvisbar minskning när det gäller båtolyckorna. Detta gäller både hela landet och Hallands län, som ju närmast intresserar oss.

Men man kan göra den iakttagelsen att drunkningsolyckorna i inlandet och i Norrland (isarna) äro förhållandevis flera än i kustlänen och att varma somrar, som ju medför flera bad och flera båtfärder också något ökar antalet drunkningsolyckor.

För Hallands län var den preliminära siffran för 1972 så låg som summa 12 drunkningsolyckor varav 3 vid bad och 7 småbåtolyckor.

Minskningen av båtolyckorna beror med all sannolikhet på att flytvästarna blivit trevligare och bekvämare, propagandan för användning av flytväst och kanske inte minst att det blivit något av en modesak att ha flytväst. Ett bra mod.

Alltså i båt, tag som regel att ha flytväst på. Det gäller även föräldrarna och inte bara barnen, och alldeles särskilt när det ^{inte} är så varmt i vattnet, och i snabba båtar där man inte får bortse ifrån risken att man kastas ur båten.

Dåligt vädre. Sakerhelvete

II

Vad badning och simning beträffar så är det statistiskt ungefär hälften så farligt som att gå i båt. Förmodligen har badvettet blivit större.

Vari ligger nu riskerna och vad innebär alltså badvett ?

Någon gradering vågar jag mig inte på , men jag skall peka på några särskilda risker.

- 1) Det är ju allmänt bekant att man inte skall bada inom en timme efter en normal måltid. Mindre känt är att vid stark värme och mycket solbadande man bör vara lite försiktig med ev. snabbavkylning.
- 2) Så har vi givetvis dumdristigheten som bl.a. långsimning ut från stranden utan följevåg och huvudhopp utan kontroll av vattendjup och botten. Sistnämnda ger många fall av ryggsador med bestående fötflamning som följd. Antalet fall lär vara stort men någo statistik har jag inte. Gör aldrig huvudhopp i mörker utan att vara säker på hur det ser ut på och under vattenytan!
- 3) Och så har vi nedkylningen. En risk för vilken särskilt jollseglarna är utsatta för vår och höst då vederbörande kan bli liggande i vattnet länge utan hjälp eftersom sannolikheten är stor att lämplig räddningsbåt ej är i sjön. Den som jollseglar vår och höst skall ha våtdräkt på sig, annars utsätter han sig för en stor och onödig risk. Föräldrarna skall tänka på detta när deras telningar komma i den åldern

Sammangående

Även om simkunnighet anses motsvara förmåga att ta sig fram 200 meter i vattnet så är det ingen tvekan om att vad jag skulle vilja kalla kvalificerat simkunnande har stor betydelse. Som morötter finns nu livräddningsmärket, kandidat och magistermärkena samt det s.k. milsimmet, vilket innebär att man under ett år skall redovisat ha simmat 10.000 meter.

Slumpen. dvs varmt i vattnet, brist på rödmaneter och uppmuntrande tillrop från de små simlärarinnorna kom mig att i sommar f.f. g. försöka mig på magisterproven och även milsimmet. Och så det lyckades och då vill jag bara ge andra föräldrar och mor och farföräldrar del av mina erfarenheter.

Den väsentliga erfarenheten är väl att om det är någotsånär varmt i vattnet är långsimmet inte alls så påfrestande som man kanske skulle tro. Det finns ingen tidsbegränsning och det gäller då bara att simma ekonomiskt. Jag har inte sedan min gröna ungdom simmat mer än några hundra meter vid varje tillfälle. Nu kunde jag nästan genast konstatera att jag utan svårighet kunde simma 1.000 meter och några dagar senare 2.000 metr och mera. Och resultatet, ja det är en ökad känsla av säkerhet och starkt förbättrad allmän kondition.

Så jag vill avsluta min betraktelse med en uppmaning till ökad milsimning nästa år om vi också då begåvas med en bra sommar.

Avtackning av Annika, Susanna och Ulrika

Saft och bulle

*Annika & Inger Steffenburg
som sommar i
stunder*

- 1) Simma längs med strömmen
- 2) var färd
- 3) bada ej efter mat el. sprit el. avslutning
- 4) frys ej

Den som uttalar sig för druckningsrisk

kan inte bli av saken själv

Ha en "liten kopp" i plinkboken som
man använder metoden

Redan vid $+28^{\circ}$ är kroppen utsatt för nedkyllning

Redan vid $18-20^{\circ}$ är man varmt fruktig med
känslor, dvs. ha tillgång till omedelbar
reddnings hjälp