

# Kuidas joobes inimesed ära upuvad

Gert Teder  
MTÜ Selts Eesti Vetelpääste

**Joobes inimesed upuvad, sest ei saavuta hingamise ja liigutuste vahel rütmi ja hingavad vales kohas. Enamasti uputakse üsna kalda lähedal.**

Inimestele on kinnistunud arvamus, et purjus inimene hindab oma võimeid üle ja upub just sellepärast. See on ka mõnel juhul tõsi, kuid minu kogemus näitab, et upunud inimesed leitakse enamasti üsna kalda lähedalt, mitte kaldast väga kaugel. See näitab, et ujuma minnes uppumisel ei ole mingit pistmist võimete ülehindamisega. See pole nii, et joobes inimene on tundnud, et suudab ujuda 50 ringi ümber saare ja siis upub ära. Probleem on hoopis selles, et joobes inimene arvab, et kõik tema keha funktsioonid toimivad samamoodi nagu kainena, kuid paraku nii see ei ole. Uputakse üsna selle koha lähedal kust vette mindi.

## **Joobnol puudulik tasakaal**

Joobes inimese liigutused kaotavad loomuliku koordineerituse. See kehtib nii alkoholijoobe kui narkojoobe kohta. Joobes inimene kipub tuikuma ja kergemini tasakaalu kaotama. Kui sa maa peal kõnnid ja komistad ning kukud, lööd ennast ära. Vees ei ole meil aga pidepunkti maapinnaga, seal me hõljume ja lisaks eelnevale ei saa me vee all hingata. Häiritud tasakaalu tõttu tehtud viga on vees hoopis teiste tagajärgedega.

## **Ka heal ujujal joobnuna halb koordineeritus**

Ka kõige parema ujuja koordineeritus on joobes olekus häiritud. Vees ujumiseks on vaja saavutada rütm lihasliigutuste ja hingamisliigutuste vahel. Kui koordineeritus on paigast ära, ei liigu inimene rütmis ning võib vales kohas ehk vee all hingata. Inimene tõmbab endale vett sisse ja upubki purjus peaga ära, sõltumata sellest kui hea või halb ujuja ta on.

## **„Kuiv uppumine“**

Inimene võib uppuda ka nii, et lahingul meedikud inimese kopsudest vett ei leia. Nagu öeldud, ei saavuta purjus inimene hingamise ja liigutuste vahelist rütmi, hingab kord ühtepidi, kord teistpidi ning tekib moment, kus ta võib sisse hingata õhku veega pooleks. Vesi satub ootamatult tema hingamisteedesse. Organismil on aga olemas kaitsereaktsioon. Teatud asju teeb organism niimoodi, et me ise seda kontrollida ei suuda. Kui hingamisteedesse satub vesi, mis ei tohiks seal üldse olla, tekib reflektorne hingamisteede sulg. Hingamisteed sulguvad, häälepilu tõmbub kokku, et vesi kopsu ei satuks. Aga ka õhku ei pääse enam sisse. Sellest hetkest hakkab lämbumine. Hädasolija käitumine ja liigutused on identsed uppumisele. Lahingul aga meedikud inimese kopsust vett ei leia, kuid ikkagi on surma põhjus vesi.