



- ❶ 바다나 해수욕장은 기상상황에 따라 위험이 가중되므로 사전에 기상상황을 인터넷, 방송 등을 통해 파악한 후 방문해야 합니다.
- ❷ 바다나 해수욕장은 지형에 따라 이안류, 해무, 급속한 조류 변화가 생기고 기상환경에 따라 너울성 파도도 발생하며 해양환경에 따라 해파리등 해독성 생물로 인한 안전사고가 발생할 수 있으므로 상당한 주의가 필요합니다.
- ❸ 바다나 해수욕장을 방문할 때에는 아래 주의 사항을 반드시 숙지하여 안전사고가 발생하지 않도록 주의하여 주시기 바랍니다.



바다·해수욕장에 들어가기 전에

☑ 이상파도가 있어 보인다면 물에 들어가지 않아야 합니다.

- 너울(사람을 끌고 가는 파도)*, 이안류(거꾸로 치는 파도)**등 물놀이 시 위험할 수 있는 이상파도가 있는지 잘 살펴봅니다.

* 먼 바다에서 잔잔하게 밀려오다 수심이 얕은 해안에서 갑자기 솟구치는 파도

** 수면아래에서 바다 쪽으로 나가는 강한 역류성 흐름(최고 3m/sec).



< 이안류(거꾸로 치는 파도) >

☑️ 조류가 변할 때는 언제나 흐름이나 파도, 해저의 상태가 급격하게 변화하기 때문에 조류변화 시간을 파악해 둡니다.

- 간조와 만조는 대개 6시간마다 바뀌므로, 간만 때의 조류변화 시간을 미리 알아두는 것이 필요합니다.(바다타임 등 조수타임 앱 설치)

※ 특히 서해안의 경우 조수간만이 바뀔 때 최고 10노트 속도(초속 5.1m)로 조류가 발생하므로 물에 들어가지 않도록 유의.

☑️ 아이들이 위험해지지 않도록 늘 신경써야 합니다.

- 어른들이 얕은 물이라고 방심하는 곳이 아이들에게는 위험할 수 있습니다. 반드시 보호자와 동행하여 물놀이를 합니다.
- 보행기처럼 다리를 끼우는 형태의 튜브는 뒤집히면 스스로 빠져나오기 힘들고 머리가 물속에 잠길 수 있으니 주의해야 합니다.
- 활동반경이 넓어지는 만 6~9세 이하 어린이는 사전 안전교육이 필요합니다.



바다·해수욕장에 빠졌다면

☑️ 당황하지 않고 구조대 도착 이전까지 견디는 것이 가장 중요합니다.

- 바다는 부력이 높아 당황하지 않고 침착하게 누워있으면 뜨기 쉽습니다.
- 온몸에 힘을 뺀 상태에서 뒤로 자연스럽게 누우면 몸은 물에 살짝 잠겨있어도 얼굴은 물 밖으로 나오기 때문에 호흡을 유지할 수 있습니다.
- 물을 먹지 않으려고 기를 쓰고 참기보다 어느 정도 마시는 쪽이 오히려 편안할 수도 있습니다.
- 구조대가 올 때까지 배영자세를 유지하며, 파도에 몸을 맡겨 체력을 아껴야 합니다.

☑️ 파도에 휩쓸렸다면,

- 버둥대지 말고 파도에 몸을 맡기고 숨을 깊이 마신 상태로 숨을 참고 있으면 자연히 떠오릅니다.
※ 바다는 민물과 달리 부력이 있음
- 큰 파도가 덮칠 때는 깊이 잠수할수록 안전합니다.
※ 파도에 휩쓸릴 경우 주변 암초에 부딪혀 부상을 당할 수 있음
- 거센 파도에 밀려 나갔을 때에는, 파도에 대항하지 말고 비스듬히 헤엄쳐 모래나 자갈이 있는 육지를 향해야 합니다.

④ 이안류를 만났다면,

- 이안류에 휩쓸려 계속 먼 바다로 떠내려갈 때는 물살을 거슬러 다시 육지로 오려고 필사적으로 수영을 하기보다 물살에 표류하여 이안류의 흐름이 없는 곳에서 대각선(해변의 45도)이나 직각 방향으로 해안 쪽으로 헤엄쳐 나옵니다.
- 튜브나 구명조끼를 착용하고 있고 수영을 하지 못한다면 힘을 다해 빠져나오기보다는 흐름에 따라 표류하면서 점차 물살 밖으로 빠져나온 후 해안가로 이동하는 것이 바람직합니다.



< 이안류를 벗어나 45도 방향으로 헤엄쳐 나오는 과정 >

④ 수초에 감겼을 때는,

- 놀라서 발버둥 칠 경우, 오히려 더 휘감겨서 위험에 빠질 수 있으므로 침착하게 여유를 가지고 호흡하며, 서서히 부드럽게 몸을 수직으로 움직이면서 꾸준히 헤엄쳐야 합니다.
- 서서히 팔과 다리를 움직여 풀어야 하고, 만약 물 흐름이 있으면 흐름에 맡기고 조용히 기다리면 감긴 수초가 헐겁게 되므로 이때 털어 버리듯이 풀고 수상으로 나오도록 합니다.

② 해파리에 쏘였을 때 대처요령

- 해파리의 가시가 피부에 박혀있기 때문에 손으로 문지르거나 만지면 안된다.
- ① 우선, 바닷물(또는 생리 식염수)로 쏘인 부위를 충분히 세척해서 가시를 제거해야한다.
※ 수도물이나 생수같은 민물은 해파리의 가시를 자극해 독을 더 퍼뜨릴 수 있으니 사용하지 않아야 한다.
- ② 핀셋, 조개껍질, 카드나 칼의 무딘 면으로 긁어 남아있는 가시를 제거한다.
- ③ 원칙적으로 몸이 붓거나 열이 나는 경우나 어느정도 진정이 된 경우, 냉찜질을 하는 것이 통증완화에 도움이 된다. 하지만 사람체질, 해파리 종류에 따라 찜질방법(냉·온)을 특정하기 어려워, 세척 후 가까운 병원을 방문한다.
- ④ 독소가 강한 해파리는 위험하기 때문에 통증이 심해지거나 온몸이 아픈 경우 병원으로 가서 의사의 치료를 받아야 한다.
- 해파리가 보이면 즉시 물 밖으로 나온다.
- 죽은 해파리도 독침이 박힐 수 있으므로 신발을 착용하고 해변을 걷는다.
- 피부에 달라붙은 해파리는 젓가락이나 장갑을 끼고 떼어낸다.



< 해파리에 쏘인 경우 대처요령 >