

## ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ

Ситуация	Ваши действия
1. Как определить, что пострадавший жив и нуждается в медицинской помощи.	1. Приложите зеркало ко рту пострадавшего, если оно запотевает, значит пострадавший дышит. 2. Приблизьте источник света (зажженную спичку, электрофонарик) к зрачку; он сужается при приближении света и расширяется при удалении. 3. Перевяжите палец пострадавшего ниткой - он отекает. 4. Приложите к коже зажженную спичку, папиросу - кожа воспаляется, розовеет.
2. Что НЕЛЬЗЯ делать, чтобы не ухудшить состояние пострадавшего	1. Трогать и перетаскивать пострадавшего на другое место, если ему не угрожает огонь, обвал здания, если ему не требуется делать искусственное дыхание и оказывать срочную медицинскую помощь. 2. Вправлять выпавшие органы при повреждении грудной и, особенно, брюшной полостей. 3. Давать воду или лекарства для приема внутрь пострадавшим без сознания 4. Прикасаться к ране руками или каким-либо предметом. 5. Удалять видимые инородные тела из раны брюшной, грудной или черепной полостей. Оставьте их на месте, даже если они значительных размеров и легко могут быть удалены. До прихода врача покройте их перевязочным материалом и осторожно забинтуйте. 6. Пострадавшего, лежащего без сознания, оставлять на спине, особенно при тошноте и рвоте, В зависимости от состояния, его нужно повернуть на бок или, в крайнем случае, повернуть вбок его голову. 7. Снимать одежду и обувь. Следует лишь разорвать или разрезать одежду. 8. Позволять смотреть ему на свою рану. Не усугубляйте его состояние вашим озабоченным видом, оказывайте помощь спокойно и уверенно, успокаивая и подбадривая. 9. Пытаться вытащить потерпевшего из огня или здания, грозящего обвалом, не приняв должных мер для собственной защиты.
3. Поражение электротоком.	1. При возможности отключите источник электроэнергии. 2. Прекратите дальнейшее воздействие на пораненного электротоком: уберите с тела оголенные провода или

	<p>оттащите пораженного от источника электроэнергии, используя для этого непроводящие ток предметы (сухая доска, палка, одежда, кусок стекла, резина).</p> <p>3. Вызовите скорую помощь.</p> <p>4. Оказывайте первую помощь еще до прибытия врача.</p> <p>5. Если пораженный не дышит, сделайте ему искусственное дыхание методом «Рот в рот» и наружный массаж сердца.</p>
4. Ожоги легкой и средней степени от воздействия огня и электричества.	<p>1. Наложите стерильную повязку на пораженный участок тела.</p> <p>2. Заверните пострадавшего в чистую простыню, укутайте потеплее, дайте выпить 2 таблетки анальгина с амидопирином, создайте покой.</p> <p>3. Если обожжены глаза, сделайте к ним примочки раствора борной кислоты (на 1 стакан воды - половина чайной ложки борной кислоты).</p> <p>4. Не следует поливать обожженные участки тела водой.</p> <p>5. Вызовите скорую помощь.</p>
5. Ожоги химическими веществами.	<p>1. Промойте пораженный участок тела большим количеством чистой проточной воды.</p> <p>2. Вызовите скорую помощь.</p> <p>3. Обрабатывайте пораженный участок кожи нейтрализующими растворами: при ожогах щелочами - борной кислоты (на один стакан воды - одна чайная ложка борной кислоты); при ожогах кислотой - пищевой соды (на один стакан воды - одна чайная ложка пищевой соды).</p>
6. Перелом (открытый, закрытый).	<p>1. Остановите сильное кровотечение при открытом переломе наложением давящей повязки или жгута.</p> <p>2. Примите болеутоляющее средство</p>
7. Кровотечение артериальное (кровь ярко красного цвета, выбивается из раны сильной пульсирующей струей, а иногда фонтаном).	<p>Артерию сдавливают выше места ее повреждения!</p> <p>1. Вызовите скорую помощь.</p> <p>2. Наложите жгут выше места кровотечения: при кровотечении на верхней конечности жгут накладывается на верхней трети плеча; при кровотечении из артерий нижних конечностей - на средней трети бедра; жгут накладывается на приподнятую конечность, под жгут предварительно подкладывается мягкая прокладка (бинт, одежда). Если жгут резиновый, энергично растяните его, наложите несколько раз так, чтобы витки ложились вплотную один к другому. И чтобы между ними не попали складки кожи. Концы жгута завяжите или скрепите с помощью цепочки. Помните! Если жгут наложен слишком туго, возможно очень тяжелое осложнение -</p>

	<p>омертвление тканей. Первый признак такой ошибки - посинение участка тела, на который наложен жгут. Для предотвращения омертвления тканей слегка ослабьте жгут или закрутку до появления на ране 1-2 капель крови и потом вновь слегка закрутите их.</p> <p>3. К жгуту или закрутке прикрепите лист бумаги, где укажите время их наложения.</p> <p>4. Нельзя держать жгут более 1,5 часа.</p> <p>5. Для немедленной остановки кровотечения из конечностей максимально согните конечность в суставе.</p> <p>6. После остановки кровотечения наложите на рану стерильную повязку.</p>
<p>8. Кровотечение венозное (цвет крови темно-красный, похожий на вишневый, иногда даже желто-красный, венозное кровотечение по своему виду напоминает вытекание воды из родника, оно проходит без толчков),</p>	<p>Бену сдавливают ниже места ее повреждения!</p> <p>1. Приподнимите кровоточащую часть тела, наложите давящую повязку или жгут так, как было указано выше.</p>
<p>9. Внутренне. кровотечение в брюшную полость (головокружение, слабость, потеря сознания, кожные покровы бледные).</p>	<p>1. Вызовите скорую помощь.</p> <p>2. Немедленно уложите пострадавшего. Создайте ему покой. На живот положите пузырь со льдом или холодной водой, к ногам - грелку. Губы смачивайте влажным тампоном. Не давайте пить пострадавшему: при этом вода может изливаться из поврежденных внутренних органов в брюшную полость.</p>
<p>10. Утопление.</p>	<p>1. Вынесите пострадавшего на берег.</p> <p>2. Попросите находящихся поблизости людей вызвать скорую помощь, а сами немедленно приступайте к оказанию первой доврачебной помощи.</p> <p>3. Очистите рот и нос пострадавшего платком или краем рубашки от грязи и ила. Положите его животом на валик (бревно) или на колено так, чтобы голова свешивалась вниз, сильно нажимая на спину, добейтесь удаления воды из дыхательных путей и желудка.</p> <p>4. После удаления воды немедленно начинайте делать искусственное дыхание методом "рот в рот" и непрямой массаж сердца до полного восстановления самостоятельного дыхания.</p> <p>5. Одновременно кто-то из находящихся рядом людей растирает пострадавшего жестким полотенцем, смоченным спиртом, водкой или одеколоном.</p>

	6. После появления у пострадавшего самостоятельно дыхания тепло укройте его и напоите горячим чаем.
11. Обморок	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Положите пострадавшего так, чтобы нижние конечности были приподняты, а голова запрокинута вниз, откройте окно для обеспечения притока свежего воздуха.</li> <li>2. Расстегните воротник рубашки, ремень, побрызгайте в лицо холодной водой, похлопайте по щекам, дайте понюхать нашатырный спирт.</li> <li>3. Если пострадавший не приходит в сознание, проследите, чтобы его язык не впал в гортань, так как это может привести к удушью.</li> <li>4. Вызовите скорую помощь.</li> </ol>
12. Обморожение.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Поместите пострадавшего в теплую комнату, снимите с него одежду и обувь.</li> <li>2. Дайте пострадавшему горячего чая или кофе, противоболевые средства (анальгин и амидопирин), средства, уменьшающие спазм сосудов (папаверин и но-шпа).</li> <li>3. Оботрите обмороженный участок кожи спиртом или водкой, начинайте делать осторожный массаж, с появлением признаков восстановления кровообращения (кожа розовеет) усильте массаж.</li> <li>4. При обморожении ушей, щек, носа растирайте их руками до покраснения, затем обработайте спиртом или водкой. Не растирайте обмороженные участки кожи снегом!</li> </ol>
13. Эпилептический приступ.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ни в коем случае не прерывайте насильно судороги.</li> <li>2. Подложите под голову больного мягкий предмет, расстегните одежду на груди и шее, между зубами просуньте металлическую ложку, обернутую тканью, чтобы больной не прикусил язык.</li> <li>3. Вызовите скорую помощь.</li> <li>4. После приступа больной засыпает, будить его нельзя.</li> </ol>
14. Солнечный (тепловой) удар.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Уложите пострадавшего в тень и освободите шею и грудь от стесняющей одежды.</li> <li>2. На голову и область сердца положите компрессы с холодной водой или обмойте голову холодной водой.</li> <li>3. При остановке дыхания и сердца делайте искусственное дыхание и непрямой массаж сердца.</li> <li>4. Вызовите скорую помощь.</li> </ol>
15. Укус ядовитой змеи	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Наложите жгут (на один час) выше места укуса.</li> <li>2. Отсосите кровь из места укуса резиновой грушей, пипеткой, ртом, (если здоровые зубы и нет повреждений ротовой полости), рот после этого тщательно прополощите.</li> </ol>

<p>16. Прекращение дыхания</p>	<p>3. Отправьте пострадавшего в ближайшую больницу.</p> <p>1. Немедленно начинайте делать искусственное дыхание. Наиболее простой способ - "рот в рот". Для этого:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- голову спасаемого запрокиньте, подложив под шею мягкий предмет (валик);</li> <li>- откройте спасаемому рот и пальцем или носовым платком освободите его от содержимого;</li> <li>- станьте сбоку, одной рукой сожмите крылья носа спасаемого, другой слегка приоткройте рот, оттянув подбородок, на рот положите платок;</li> <li>- после глубокого вдоха плотно прижмите свои губы ко рту спасаемого и сделайте резкий выдох, но не более среднего объема человеческих легких. Цикл повторяйте в ритме нормального человеческого дыхания (15-16 вдохов в минуту).</li> </ul> <p>2. При искусственном дыхании "рот в нос" (для интенсивной вентиляции легких) вдувание делаете в нос спасаемого, при этом рот его закройте ладонью или прижмите нижнюю губу к верхней большим пальцем.</p>
<p>17. Остановка сердца, внезапное прекращение кровообращения.</p>	<p>1. Уложите спасаемого на твердую поверхность.</p> <p>2. Далее действуйте так:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- встаньте слева от спасаемого, наложите ладонь левой руки на нижнюю треть грудины на 2-3см выше ее окончания перпендикулярно продольной оси тела;</li> <li>- на тыльную поверхность левой кисти перпендикулярно ей наложите правую ладонь;</li> <li>- ритмично, примерно 60 раз в минуту, надавливайте обеими кистями на грудину. Толчок-сдавливание производите быстро, с усилием, чтобы грудина смещалась по направлению к позвоночнику на 3-4см.</li> </ul> <p>3. При необходимости для большей эффективности скорейшего восстановления дыхания и кровообращения проводите одновременно искусственное дыхание и наружный непрямой массаж сердца. Для этого после пяти надавливаний на грудную клетку сделайте одно энергичное вдувание (также в среднем объеме легких).</p> <p>4. При появлении пульса на сонной артерии, сужении ранее расширенных зрачков, восстановлении самостоятельного ритма сердца и дыхания искусственное дыхание и наружный массаж прекращается.</p>
<p>18. Сотрясение головного мозга.</p>	<p>1. Если у пострадавшего есть рана на голове, то обработайте кожу вокруг раны спиртовым раствором</p>

<p>Симптомы: головная боль, головокружение, тошнота, звон в ушах, приливы крови к лицу, потливость, быстро проходящее расстройство дыхания, кратковременное учащение или наоборот замедление пульса, иногда потеря сознания, пострадавший не может вспомнить, что было с ним до получения травмы</p>	<p>йода и наложите на нее повязку.  2. Положите на голову пострадавшего пузырь со льдом, холодной водой.  3. Транспортировать пострадавшего необходимо на носилках в горизонтальном положении.  4. Вызовите скорую помощь для возможной госпитализации пострадавшего.</p>
<p>19. Порез, царапина, ссадина.</p>	<p>1. Прежде всего промойте рану струей воды, лучше кипяченой, чтобы удалить из раны частицы земли, ржавчины и т.п.  2. Затем промойте ее 3% раствором перекиси водорода, поливая из пузырька тонкой струйкой. Если нет перекиси водорода, можно использовать светло-розовый раствор марганцовокислого калия.  3. Кожу вокруг раны смажьте настойкой йода, а затем наложите стерильную повязку.  4. Если под рукой нет перекиси водорода, йода, марганцовки, то царапину, ссадину, порез можно смазать зубной пастой (лучше "Мятной"). Она обладает бактерицидными свойствами, кроме того, создает защитную пленку.</p>
<p>20. Обрушившимися конструкциями пострадавшего придавлена рука или нога. Симптомы: обширное подкожное разможнение и раздавливание тканей. Кожа синюшного цвета, холодная на ощупь</p>	<p>1. Сразу после выноса из завала наложите пострадавшему жгут выше места сдавливания.  2. Чтобы конечность была зафиксирована, наложите на нее шину и немедленно направьте пострадавшего в лечебное учреждение.</p>