

«Оказание первой помощи»

!!! (Помните принцип – не знаешь, не умеешь – НЕ НАВРЕДИ);
ВСЕГДА ЗОВИТЕ НА ПОМОЩЬ, звоните по телефонам «03», «112»

1. Оказание первой помощи. Схема (последовательность) оказания первой помощи.

Какое бы несчастье не произошло (ДТП, падение с высоты, поражение электрическим током, утопление, удушение и т.д.), в любом случае оказание помощи следует начать с восстановления сердечной деятельности и дыхания, затем решать вопрос о временной остановки кровотечения и только после этих задач можно приступить к наложению повязок и шин.

Схема оказания первой помощи на месте происшествия – универсальна, и сводится к следующему:

1. Если нет сознания и нет пульса на сонной артерии – приступить к реанимации.
2. Если нет сознания, но есть пульс на сонной артерии – повернуть на живот и очистить ротовую полость.
3. При артериальном кровотечении – наложить жгут.
4. При наличии ран – наложить повязки.
5. Если есть признаки переломов – наложить транспортные шины.

Рассмотрим порядок действий в различных условиях (состояниях):

1. *Если нет сознания и нет пульса на сонной артерии (внезапная смерть):*
 - убедиться в отсутствии пульса на сонной артерии, приложив 2-3 пальца к шее ниже трахеи и мышцы на передней части;
 - освободить грудную клетку от одежды и расстегнуть поясной ремень;
 - прикрыть двумя пальцами мечевидный отросток (нельзя наносить удар по мечевидному отростку);
 - нанести удар кулаком по груди (средней части с высоты 20-30 см и проверить пульс. Нельзя наносить удар при наличии пульса на сонной артерии;
 - начать непрямой массаж сердца с частотой нажатий 80-100 толчков в минуту с прогибом грудной клетки 3-4 см;
 - сделать «Вдох искусственного дыхания, для чего: зажать нос, захватить подбородок, запрокинуть голову пострадавшего и сделать максимальный выдох ему в рот;
 - выполнить комплекс реанимации по схеме:
- 2 «вдоха» после 15 надавливаний (1 чел.)
- 2 «вдоха» после 5 надавливаний (2 чел.)
 - для быстрого возврата крови к сердцу приподнять ноги пострадавшего;
 - для сохранения жизни головного мозга – приложить холод к голове;
 - для удаления воздуха из желудка повернуть пострадавшего на живот и надавить кулаками ниже пупка.

2. Если нет сознания, но есть пульс на сонной артерии (состояние комы):

- повернуть пострадавшего на живот (ожидание медперсонала только в положении «лежа на животе»);
- удалить слизь и содержимое желудка с помощью салфетки или резинового баллончика (груши);
- приложить холод к голове (пузырь со льдом, бутылка, пакеты с холодной водой, снегом и т.д.);

3. При артериальном кровотечении:

- прижать пальцами или кулаком артерию;

На конечностях точка прижатия артерии должна быть выше места кровотечения, на шее и голове – ниже раны или в ране.

Основные точки прижатия кровеносных сосудов:

- запястье;
 - плечевая артерия (выше подмышки);
 - бедренная артерия (внутренняя поверхность бедра);
 - сонная артерия (на шее).
- наложить кровоостанавливающий жгут;

Жгут на конечность можно наложить не более чем на 1 час. Для чего – завести жгут за конечность, прижать первый виток и убедиться в отсутствии пульса, после чего наложить следующие витки и закрепить жгут, вложив записку о времени наложения.

Жгут на шею накладывают без контроля пульса.

Жгут на бедро накладывают через гладкий твердый предмет (бинт) с контролем пульса на подколенной ямке.

В случаях посинения или отека конечностей следует немедленно заново наложить жгут.

4. Как накладывать повязки на раны:

- *Ранение конечностей.*

- накрыть рану салфеткой полностью прикрыв края;
- прибинтовать салфетку или прикрепить ее лейкопластырем

Запрещается промывать рану водой и вливать в рану спиртовые или любые другие растворы.

- *Проникающее ранение груди*

- прижать ладонь к ране и закрыть в нее доступ воздуха;
- наложить герметичную повязку или лейкопластырь

Запрещается извлекать из раны инородные предметы на месте происшествия и транспортировать пострадавшего в горизонтальном положении (только сидя).

- *Проникающее ранение живота*

- прикрыть содержимое раны чистой салфеткой;
- прикрыть салфетку полностью, прикрывающие края раны пластырем;
- приподнять ноги и расстегнуть полностью ремень;
- при возможности положить холод на живот.

Запрещается выправлять выпавшие органы, вытаскивать инородные предметы, давать пить пострадавшему, транспортировать или ожидать помощи в положении сидя, стоя (только в горизонтальном положении)

- *Термические ожоги*

- в случае целостности ожоговых пузырей – подставить под струю холодной воды на 10-15 минут, приложить холод на 20-30 минут;

Запрещается смазывать обожженные места, поверхность любыми маслами и жирами.

- В случае нарушения целостности ожоговых пузырей и кожи – накрыть сухой чистой тканью, поверх сухой ткани приложить холод (лед, бутылки с холодной водой, и т.д.)

Запрещается промывать водой, бинтовать обожженную поверхность

- раны глаз, век, ожоги в случаях попадания едких химических веществ

А. Раны

накрыть глаз чистой салфеткой;

зафиксировать салфетку повязкой и обязательно прикрыть этой же повязкой второй глаз для прекращения движения глазных яблок;

Запрещается промывать водой колотые и резаные раны глаз и век

Б. Ожоги

раздвинуть веки и подставить под струю холодной воды;

промыть так, чтобы она стекала от носа к наружной части лица.

Запрещается применять нейтрализующую жидкость при попадании кислот и щелочей.

- *Переломы костей конечностей*

- зафиксировать конечности с помощью складных шин или подручных материалов;
- при открытых переломах сначала наложить повязку и только затем шину;
- подложить валик из одежды под колени, если пострадавший лежит в позе лягушки, при этом нельзя использовать шины.

Переноска, перекладка пострадавшего производится в горизонтальном положении с перемещением одновременно «голова – плечи», «таз - руки», «голенки – стопы» как правило тремя спасателями.

Переноска по лестнице на носилках производится – вверх по лестнице головой вниз, вниз по лестнице – ногами вперед.

Порядок оказания помощи при переохлаждении и обморожении.

А. При переохлаждении:

1. при появлении озноба и мышечной дрожи необходимо дополнительно укрыть, дать теплое сладкое питье или пищу с содержанием сахара;
2. при возможности дать 5- г алкоголя и давать в течении 1 часа в теплое помещение или укрытие;

3. в теплом помещении – немедленно снять одежду и поместить в ванну с температурой воды $+35^{\circ}$ – 40°C (терпит локоть) или обложить теплыми грелками;
4. после согревающей ванны обязательно укрыть теплым одеялом или надеть сухую одежду;
5. продолжать давать теплое сладкое питье до прибытия врачей.
Недопустимо: давать повторные дозы алкоголя или предлагать его, когда пострадавший находится в алкогольном опьянении, использовать для согревающей ванны воду с температурой менее 30°C ;

Б. При обморожении:

1. как можно скорее доставить пострадавшего в теплое помещение;
2. снять с обмороженного одежду и обувь (с обмороженных конечностей);
3. немедленно укрыть поврежденные конечности от внешнего тепла теплоизолирующей повязкой с большим количеством ваты или одеялами и теплой одеждой;
4. дать обильное теплое питье;
5. обязательно дать 1-2 таблетки анальгина;
6. предложить малые дозы алкоголя;
7. вызвать скорую мед. помощь.

Недопустимо: растирать обмороженную кожу, помещать обмороженные конечности в теплую воду или обкладывать грелками, смазывать кожу маслами, жирами и т.п.

Схема действий в случаях обморока.

1. если нет пульса на сонной артерии – приступить к комплексу реанимации;
2. если есть пульс – приподнять ноги, расстегнуть ворот, ослабить поясной ремень и т.д.;
3. надавить на болевую точку (верхняя губа – основание носа);
4. если в течение 3-х минут сознание не появилось – повернуть пострадавшего на живот и приложить холод к голове;
5. при появлении боли в животе или повторении обморока – положить холод на живот;
6. при тепловом ударе – перенести в прохладное место, приложить холод к голове и груди;
7. в случаях голодного обморока – напоить сладким чаем (водой) и вызвать скорую мед. помощь.

Недопустимо: кормить в случаях голодного обморока, при болях в животе – прикладывать грелку.

Помощь в случаях отравления ядовитыми газами.

1. вынести на свежий воздух;
2. в случае отсутствия дыхания (сознания) и пульса на сонной артерии приступить к комплексу реанимации;
3. в случаях потери сознания более 4-х минут – повернуть на живот и приложить холод к голове;

Недопустимо: проводить искусственное дыхание без использования спец. масок, защищающих спасителя от вдоха пострадавшего.

Основные показания к проведению основных манипуляций при оказании помощи.

А. Когда требуется немедленно нанести удар кулаком по груди и приступить к сердечно – легочной реанимации:

1. нет сознания;
2. нет реакции зрачков на свет;
3. нет пульса на сонной артерии.

Б. Когда следует накладывать давящие повязки:

1. при кровотечениях, если кровь пассивно стекает из ранки;
2. сразу после освобождения конечностей при синдроме сдавливания.

В. Когда следует наложить немедленно кровоостанавливающий жгут:

1. алая кровь из раны бьет фонтанизирующей струей;
2. над раной образуется валик из вытекающей крови;
3. большое кровавое пятно на одежде или лужа крови возле пострадавшего.

Г. Когда необходимо накладывать защитные жгуты:

1. в случаях синдрома сдавливания до освобождения конечностей;

Д. Когда необходимо накладывать шины на конечности:

1. видны костные обломки;
2. при жалобах на боль;
3. при деформации и отеках конечностей;
4. при укусах ядовитых змей.

Е. Когда необходимо переносить пострадавшего на щите с подложенным под колени валиком или вакуум носилках в позе «лягушки»:

1. при подозрении на перелом костей таза;
2. при подозрении на перелом верхней трети бедренной кости и повреждении тазобедренного сустава;
3. при подозрении на повреждение позвоночника и спинного мозга.

Ж. Когда пострадавшего переносят на животе только:

1. в состоянии комы;
2. при частой рвоте;
3. в случаях ожогов спины и ягодиц;
4. при подозрении на повреждение спинного мозга когда в наличии есть только брезентовые носилки.

З. Когда пострадавшего можно переносить, перевозить только сидя или полусидя:

1. при проникающих ранениях грудной клетки;

2. при ранениях шеи.

И. Когда пострадавшего можно переносить только на спине с приподнятыми или согнутыми в коленях ногами:

1. при проникающих ранениях брюшной полости;
2. при большой кровопотере или при подозрении на внутреннее кровотечение.

Признаки опасных повреждений и состояний.

1. Признаки внезапной смерти:

- отсутствие сознания;
- нет реакции зрачков на свет;
- нет пульса на сонной артерии.

2. Признаки биологической смерти:

- высыхание роговицы глаз («селёдочкиный» блеск);
- деформация зрачков при осторожном сжатии глазного яблока пальцами;
- появление трупных пятен.

3. Признаки комы:

- потеря сознания более чем на 4 минуты;
- обязательно есть пульс на сонной артерии

4. Признаки артериального кровотечения:

- алая кровь из раны бьет фонтанизирующей струей;
- под раной образуется валик из вытекающей крови;
- большое кровавое пятно на одежде или лужа возле пострадавшего.

5. Признаки венозного кровотечения:

- кровь пассивно стекает из раны;
- очень темный цвет крови.

6. Признаки истинного утопления:

- кожа лица и шеи синюшного цвета с отеком;
- набухание сосудов шеи;
- обильные пенистые выделения из рта и носа.

7. Признаки бледного утопления:

- бледно – серый цвет кожи;
- широкий не реагирующий на свет зрачок;
- отсутствие пульса на сонной артерии;
- часто сухая, легко удаляемая платком пена в уголках рта;

8. Признаки обморока:

- кратковременная потеря сознания (не более 3-4 мин.);
- потере сознания предшествует резкая слабость, головокружение, звон в ушах, потемнение в глазах.

9. Признаки синдрома сдавливания нижних конечностей (появляются через 15 мин.):

- после освобождения сдавленной конечности – резкое ухудшение состояния пострадавшего;
- появление отека конечностей с исчезновением рельефа мышц;
- отсутствие пульса у лодыжек;
- появление розовой или красной мочи.

10. Признаки переохлаждения:

- озноб, дрожь;
- нарушение сознания (заторможенность, апатия, бред, галлюцинация, неадекватное поведение);
- сниженная температура тела.

11. Признаки открытого перелома костей конечностей:

- видны костные отломки;
- деформация и отек конечностей;
- наличие раны, часто с кровотечением;

12. Признаки обморожения конечностей:

- потеря чувствительности;
- кожа бледная, твердая, холодная на ощупь;
- нет пульса у лодыжек;
- деревянный звук при простукивании пальцем;

13. Признаки закрытого перелома конечностей:

- сильная боль при движении или нагрузке на конечности;
- синюшный цвет кожи.