

Основные правила оказания первой помощи

ОБЖ

Преподаватель: Маринич К. В.

Первая помощь – это комплекс срочных мер, направленных на спасение жизни человека.

По Закону, первая помощь не является медицинской – она оказывается до прибытия медиков или доставки пострадавшего в больницу. Первую помощь может оказать любой человек, оказавшийся в критический момент рядом с пострадавшим. Но для некоторых категорий граждан, оказание первой помощи – служебная обязанность. Речь идет о полицейских, сотрудниках ГИБДД и МЧС,



Алгоритм оказания первой помощи

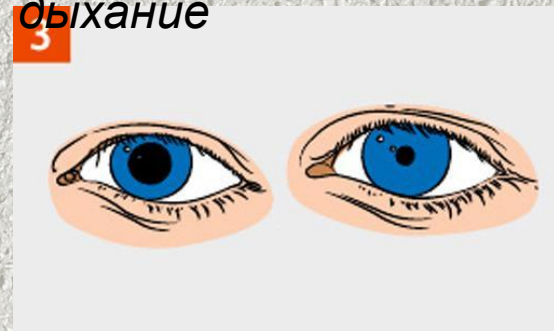
1. Обеспечить безопасность себе, пострадавшему и окружающим (например, извлечь пострадавшего из горящего автомобиля).
2. Проверить наличие у пострадавшего признаков жизни (пульс, дыхание, реакция зрачков на свет) и сознания. Для проверки дыхания необходимо запрокинуть голову пострадавшего, наклониться к его рту и носу и попытаться услышать или почувствовать дыхание; для «прослушивания» пульса необходимо приложить пальцы к сонной артерии пострадавшего; для оценки сознания необходимо взять пострадавшего за плечи, аккуратно встряхнуть и задать какой-либо вопрос.
3. Вызвать специалистов
4. Оказать неотложную первую помощь.
5. Обеспечить пострадавшему физический и психологический комфорт, дождаться прибытия специалистов.



*Признаки жизни:
пульс*



*Признаки жизни:
дыхание*



Признаки жизни: реакция зрачков на свет

Искусственное дыхание

Искусственная вентиляция легких (ИВЛ) – это введение воздуха (либо кислорода) в дыхательные пути человека с целью восстановления естественной вентиляции легких. Относится к элементарным реанимационным мероприятиям.

Типичные ситуации, требующие ИВЛ:

1. автомобильная авария;
2. происшествие на воде;
3. удар током и другие.



Существуют различные способы ИВЛ. Наиболее эффективным, при оказании первой помощи не специалистом, считается искусственное дыхание «рот-в-рот» и «рот-в-нос».

Если при осмотре пострадавшего естественное дыхание не обнаружено, необходимо немедленно провести искусственную вентиляцию легких.

Искусственное дыхание рот-в-рот:

1. Обеспечьте проходимость верхних дыхательных путей. Поверните голову пострадавшего на бок и пальцем удалите из полости рта слизь, кровь, инородные предметы. Проверить носовые ходы пострадавшего; при необходимости очистите их.
2. Запрокиньте голову пострадавшего, удерживая шею одной рукой.
!Не меняйте положение головы пострадавшего при травме позвоночника!
3. Зажмите нос пострадавшего большим и указательным пальцем. Глубоко вдохните, плотно прижмитесь губами ко рту пострадавшего. Сделайте выдох в легкие пострадавшего.
!Первые 5-10 выдохов должны быть быстрыми (за 20-30 секунд), затем – 12-15 выдохов в минуту!
4. Следите за движением грудной клетки пострадавшего. Если грудь пострадавшего при входе воздуха поднимается, значит, вы все делаете



Непрямой массаж сердца

Если вместе с дыханием отсутствует пульс, необходимо сделать непрямой массаж сердца.

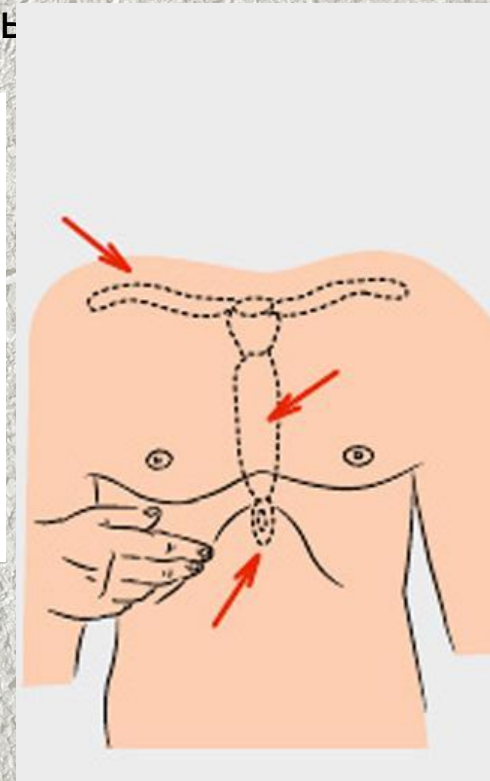
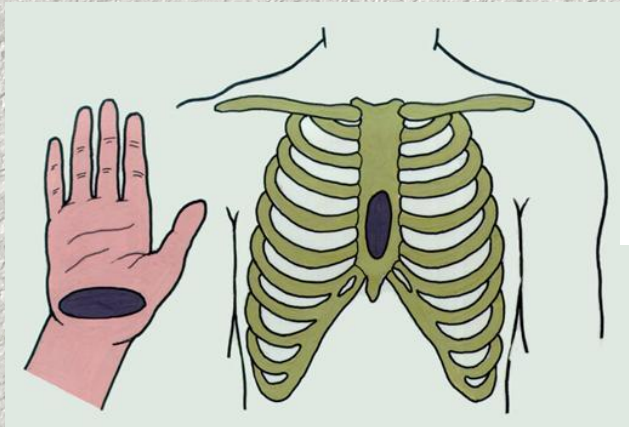
Непрямой (закрытый) массаж сердца или компрессия грудной клетки – это сжатие мышц сердца между грудиной и позвоночником в целях поддержания кровообращения человека при остановке сердца. Относится к элементарным реанимационным мероприятиям.

Внимание! Нельзя проводить закрытый массаж сердца при наличии пульса.



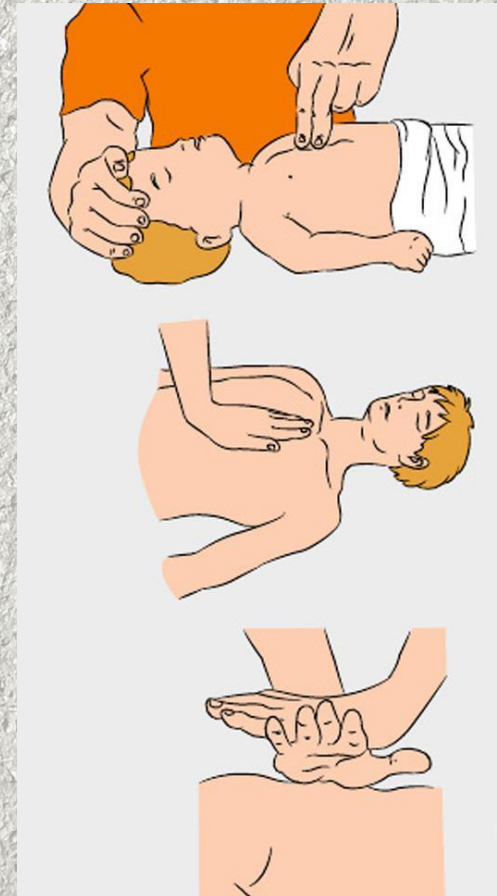
Непрямой массаж сердца

1. Уложите пострадавшего на плоскую твердую поверхность. На кровати и других мягких поверхностях проводить компрессию грудной клетки нельзя.
2. Определите расположение у пострадавшего мечевидного отростка.
3. Отмерьте 2-4 см вверх от мечевидного отростка – это точка компрессии.
4. Положите основание ладони на точку компрессии. При этом большой палец должен указывать либо на подбородок либо на живот пострадавшего, в зависимости от местоположения лица, осуществляющего реанимацию. Поверх одной руки положите вторую ладонь. Надавливания проводятся строго основанием ладони – ваши пальцы не должны соприкасаться пострадавшего.



Непрямой массаж сердца

5. Осуществляйте ритмичные толчки грудной клетки сильно, плавно, строго вертикально, тяжестью верхней половины вашего тела. Частота – 100-110 надавливаний в минуту. При этом грудная клетка должна прогибаться на 3-4 см. Грудным детям непрямой массаж сердца производится указательным и средним пальцем одной руки. Подросткам – ладонью одной руки.
6. Если одновременно с закрытым массажем сердца проводится ИВЛ, каждые два вдоха должны чередоваться с 15 надавливаниями на грудную клетку.



Прием Геймлиха

При попадании пищи или инородных тел в трахею, она закупоривается (полностью или частично) – человек задыхается.

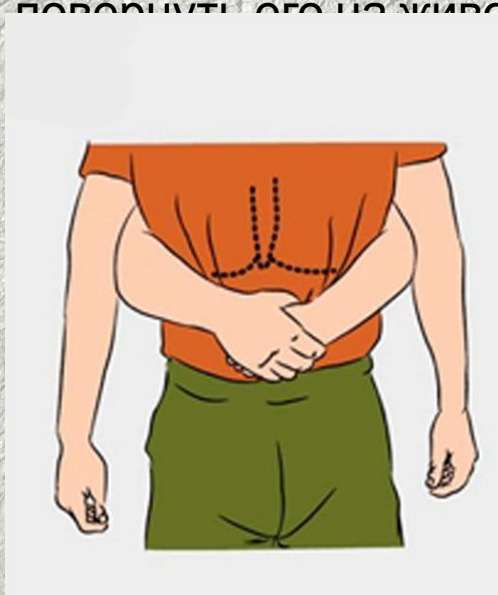
Признаки закупоривания дыхательных путей:

1. Отсутствие полноценного дыхания. Если дыхательное горло закупорено не полностью, человек кашляет; если полностью – держится за горло.
2. Неспособность говорить.
3. Посинение кожи лица, набухание сосудов шеи.



Прием Геймлиха

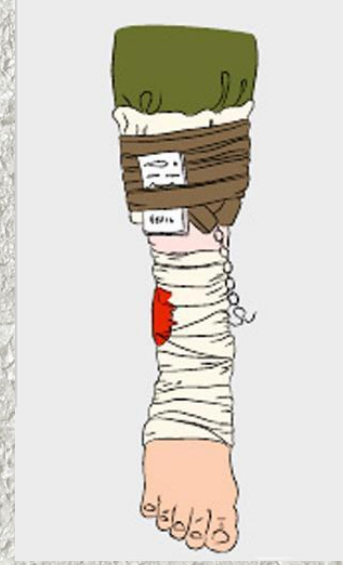
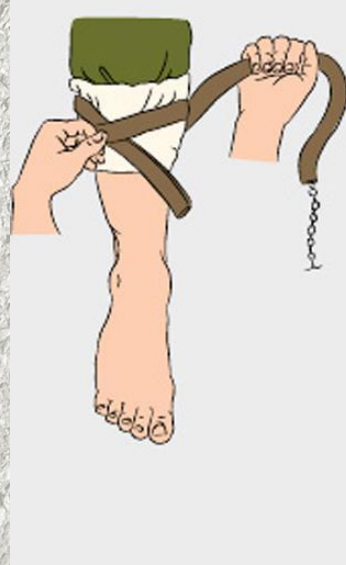
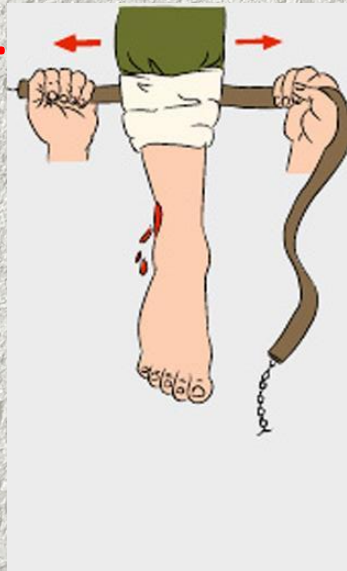
1. Встаньте позади пострадавшего.
2. Обхватите его руками, сцепив их в «замок», чуть выше пупка, под реберной дугой.
3. Сильно надавите на живот пострадавшего, резко сгибая руки в локтях.
Не сдавливайте грудь пострадавшего, за исключением беременных женщин, которым надавливания осуществляются в нижнем отделе грудной клетки.
4. Повторите прием несколько раз, пока дыхательные пути не освободятся.
5. Если пострадавший потерял сознание и упал, положите его на спину, сядьте ему на бедра и обеими руками надавите на реберные дуги.
6. Для удаления инородных тел из дыхательных путей ребенка, необходимо повернуть его на живот и надавить на область между лопатками. Будьте осторожны, обратитесь к врачу.



Кровотечение

Техника наложения кровоостанавливающего жгута:

1. Наложите жгут на одежду или мягкую подкладку чуть выше раны.
2. Затяните жгут и проверьте пульсацию сосудов – кровотечение должно прекратиться, а кожа ниже жгута побледнеть.
3. Наложите повязку на рану.
4. Запишите точное время, когда наложен жгут.
5. **Жгут на конечности можно накладывать максимум на 1 час. По его истечении жгут необходимо ослабить на 10-15 минут. При необходимости затянуть вновь, но не более, чем на 20 минут.**



Ожоги

Ожог – это повреждение тканей организма под действием высоких температур или химических веществ. Ожоги различаются по степеням, а также типам повреждения. По последнему основанию выделяются:

1. термические (пламя, жидкость, пар, раскаленные предметы);
2. химические (щелочи, кислоты);
3. электрические;
4. лучевые (световое и ионизирующее излучение);
5. и комбинированные ожоги.



Ожоги

1. При ожогах первым делом необходимо устранить действие поражающего фактора (огня, электрического тока, кипятка и т.д.).
2. Затем, при термических ожогах, пораженный участок следует освободить от одежды (аккуратно, не отдирая, а обрезая вокруг раны прилипшую ткань) и в целях дезинфекции и обезболивания оросить его водоспиртовым раствором (1 к 1) или водкой.
3. **Не используйте масляные мази и жирные кремы – жиры и масла не уменьшают боль, не дезинфицируют ожог и не способствуют заживлению.**
4. После оросите рану холодной водой, наложите стерильную повязку и приложите холод. Кроме того, дайте пострадавшему теплой подсоленной воды.



Обморок

Обморок – это внезапная потеря сознания, обусловленная временным нарушением мозгового кровотока. Иными словами, это сигнал мозга о том, что ему не хватает кислорода.

Важно отличать обычный и эпилептический обморок. Первому, как правило, предшествуют тошнота и головокружение.

Предобморочное состояние характеризуется тем, что человек закатывает глаза, покрывается холодным потом, у него слабеет пульс, холодеют конечности.

Типичные ситуации наступления обморока:

- испуг;
- волнение;
- духота и другие.



Обморок

Если человек упал в обморок, придайте ему удобное горизонтальное положение и обеспечьте приток свежего воздуха (расстегните одежду, ослабьте ремень, откройте окна и двери). Брызните на лицо пострадавшего холодной водой, похлопайте его по щекам. При наличии под рукой аптечки, дайте понюхать ватный тампон, смоченный нашатырным спиртом.

Если сознание не возвращается 3-5 минут, немедленно вызывайте скорую.

Когда пострадавший



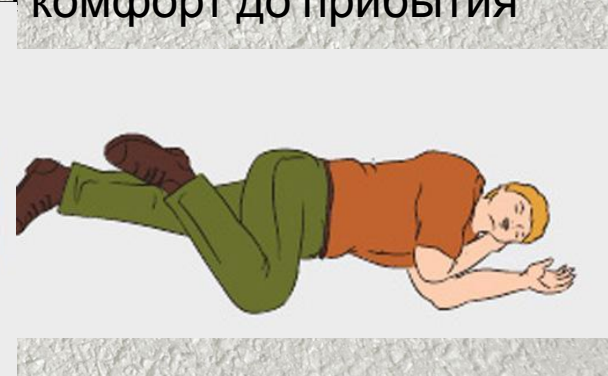
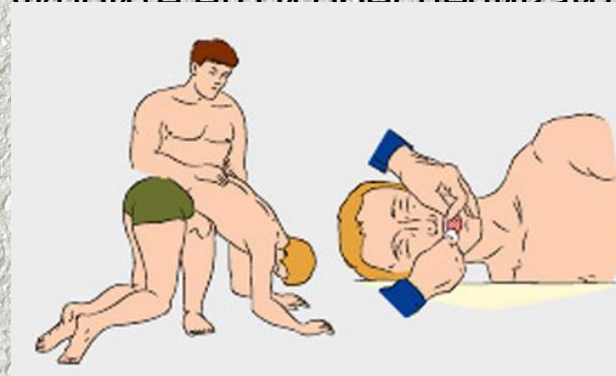
или кофе.

Утопление

Утопление – это проникновение воды в легкие и дыхательные пути, которое может привести к смерти.

Первая помощь при утоплении:

1. Извлеките пострадавшего из воды.
Тонущий человек хватается за все, что попадет под руку. Будьте осторожны – подплывайте к нему сзади, держите за волосы или подмышки, держа лицо над поверхностью воды.
2. Положите пострадавшего животом на колени, чтобы голова была внизу.
3. Очистите ротовую полость от инородных тел (слизь, рвотные массы, водоросли).
4. Проверьте наличие признаков жизни.
5. При отсутствии пульса и дыхания немедленно приступайте к ИВЛ и непрямому массажу сердца.
6. После восстановления дыхания и сердечной деятельности, положите пострадавшего на бок, укройте его и обеспечивайте комфорт до прибытия

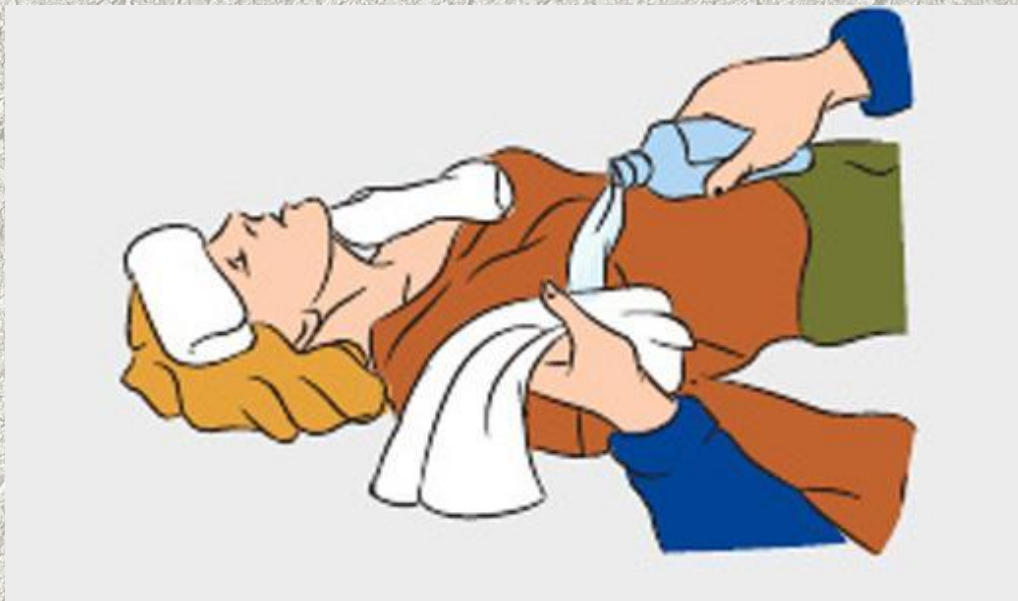


Солнечный удар

В летний период опасность представляют также солнечные удары. Солнечный удар – это расстройство работы головного мозга, вызванное длительным пребыванием на солнце.

Симптомы:

- головная боль;
- слабость;
- шум в ушах;
- тошнота;
- рвота.



Если пострадавший по-прежнему остается на солнце, у него поднимается температура, появляется одышка, иногда он даже теряет сознание.

Поэтому, при оказании первой помощи, прежде всего, необходимо перенести пострадавшего в прохладное, проветриваемое место. Затем освободите его от одежды, ослабьте ремень, разуйте. Положите ему на голову и шею холодное мокрое полотенце. Дайте понюхать нашатырный спирт. При необходимости сделайте искусственное дыхание.

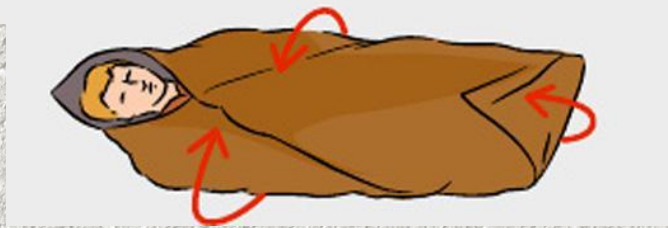
Переохлаждение

Переохлаждение (гипотермия) – это понижение температуры тела человека ниже нормы, необходимой для поддержания нормального обмена веществ.

Первая помощь при гипотермии:

1. Заведите (занесите) пострадавшего в теплое помещение или укутайте теплой одеждой.
2. Разотрите тело пострадавшего сначала руками, а затем мягкой тканью, пока кожа не порозовеет и не вернется чувствительность.
3. Дайте горячее питье и еду.

Не используйте алкоголь!



Обморожение

Причины обморожения – высокая влажность, мороз, ветер, неподвижное положение. Усугубляет состояние пострадавшего, как правило, алкогольное опьянение.

Симптомы:

- чувство холода;
- покалывание в обмораживаемой части тела;
- затем – онемение и потеря чувствительности.



Обморожение

Первая помощь при обморожении:

- Поместите пострадавшего в тепло.
- Снимите с него промерзшую или мокрую одежду.
- При легком обморожении разотрите поврежденные участки тела. В тяжелых случаях (обморожение II-IV степени) растирание делать не следует.

Используйте для растирания масло или вазелин. Не растирайте пострадавшего снегом.

- Укутайте отмороженный участок тела.
- Дайте пострадавшему горячее сладкое питье или горячую



Обморожение

Первая помощь при обморожении:

- Поместите пострадавшего в тепло.
- Снимите с него промерзшую или мокрую одежду.
- При легком обморожении разотрите поврежденные участки тела. В тяжелых случаях (обморожение II-IV степени) растирание делать не следует.

Используйте для растирания масло или вазелин. Не растирайте пострадавшего снегом.

- Укутайте отмороженный участок тела.
- Дайте пострадавшему горячее сладкое питье или горячую



Отравление

Отравление – это расстройство жизнедеятельности организма, возникшее из-за попадания в него яда или токсина.

В зависимости от вида токсина, различают отравления:

- угарным газом;
- ядохимикатами;
- алкоголем;
- лекарствами;
- пищей и другие.

От характера отравления зависят меры оказания первой помощи.



Отравление

Кроме того, распространены случайное или намеренное отравление лекарственными препаратами, а также алкогольные интоксикации.

В этих случаях первая помощь состоит из следующих шагов:

1. Промойте пострадавшему желудок. Для этого заставьте его выпить несколько стаканов подсоленной воды (на 1 литр 10 грамм соли и 5 грамм соды). После 2-3 стаканов вызовите у пострадавшего рвоту. Повторяйте эти действия, пока рвотные массы не станут «чистыми».

Промывание желудка возможно только, если пострадавший в сознании.

2. Растворите в стакане воды 10-20 таблеток активированного угля, дайте выпить это пострадавшему.

3. Поуживаете пострадавшего желудка.



Спасибо за внимание!