

# Первая медицинская помощь в походе





# Первая медицинская помощь в походе

**Первая помощь - это :**

1. Оказание незамедлительной медицинской помощи до прибытия квалифицированных медиков.
2. Это лечение, оказываемое жертвам до прибытия квалифицированной медицинской помощи.
3. Чаще всего первая помощь предполагает поддержание жизнедеятельности пострадавшего до прибытия помощи.



# Первая медицинская помощь в походе

## Правила :

1. Не впадайте в панику. Сохраняйте спокойствие.
2. Никогда не перемещайте тяжело раненого пострадавшего, кроме случаев, когда пострадавшему необходим свежий воздух, или с целью защиты от последующих увечий.
3. Проведите внимательный осмотр пострадавшего.
4. Если необходимо предпринять незамедлительные меры для спасения жизни (искусственное дыхание, остановка кровотечения, и т.д.) оказывайте целесообразную помощь без промедления.
5. Вызывайте необходимые службы.



# Состав аптечки

1. Перекись водорода.
2. Йод.
3. Стерильная марлевая салфетка.
4. Бинт стерильный.
5. Пластырь
6. Лейкопластырь бактерицидный.
7. Активированный уголь.
8. Имодиум
9. Капли для глаз (альбуцид, левомецитин 0,5%).
10. Супрастин.
11. Обезболивающие.
12. Пантенол.
13. Карвалол.
14. Эластичный бинт.
15. Дексаметазон или преднизалон, или гидрокортизон - Внутренняя инъекция при укусах насекомых в шею, рот, язык, лицо - 0,5-1,0 мл. 2-шприца и новокаин
16. Мазь от ушибов.
17. Пинцет, ножницы, иголка, нитки
18. Противовоспалительные
19. Фестал, мезим-форте
20. Мазь «Спасатель»



# Ссадины, трещины

## ПРОФИЛАКТИКА

Используйте перчатки при выполнении работы по лагерю.

## ЧТО ДЕЛАТЬ?

Промыть раневую поверхность водой с мылом

Сполоснуть чистой (питьевой) водой.

Обработать "Зеленкой" (1% р-р Бриллианта Зеленого).

Наложить стерильную повязку.

Мелкие ссадины можно покрыть клеем БФ-6.

Если ссадина хорошо защищена от воздействия воды, то повязку можно не снимать 3-4 дня. Тем более не стоит её отирать. За это время произойдет начальное заживление.



# Мозоли, натертости

## ПРОФИЛАКТИКА

Удобная, разношенная обувь. Стараться мыться регулярно или протираться мокрым полотенцем

## ЧТО ДЕЛАТЬ?

Промыть мыльной водой. Сполоснуть чистой.

Обработать "Зеленкой" (1% р-р Бриллианта Зеленого).

Наложить чистую повязку или бактерицидный пластырь.

Беречь от воды.

"Подсушивать" на солнце.

На ночь: промывать мыльной водой, обрабатывать Марганцовкой (спиртом) и накладывать повязки с регенерирующей мазью.



# Ожоги

## ПРИЧИНЫ

Высокое температурное воздействие, как на кожу, так и на дыхательные пути через дым

Солнечная радиация

Химическое воздействие

## ПРИЗНАКИ

Покраснение

Появление пузырьков на коже

Кожа становится беловатого цвета, желто-коричневой или черного цвета

Пропадает чувствительность кожи



# Ожоги

## ЧТО ДЕЛАТЬ?

1. Вывести потерпевшего из зоны поражения, если горит одежда, потушите ее
2. Быстро охладите участок поражения холодной водой, охлаждайте 15-30 минут, химический ожог охлаждайте проточной водой
3. Снять одежду, а лучше разрезать, если есть участки, где одежда прилипла к коже, обрезаем ее по краям и оставляем
4. Дать обезболивающее
5. Сделать перевязку, но не тугую, только чтобы не попала грязь
6. Обездвижить поврежденную поверхность
7. Дать много сладкого чаю или подсоленной воды
8. Доставить в больницу



# Растяжения

## ПРИЗНАКИ

В районе сустава небольшая опухоль, притом сустав внешне не отличается от нормального сустава, боль несильная, движения в суставе происходят нормально, только могут сопровождаться небольшой болью

## ЧТО ДЕЛАТЬ?

1. Наложить тугую повязку, которая практически не даст двигаться суставу
2. Можно приложить холод или специальную мазь
3. Дать обезболивающее



# Вывихи

## ПРИЗНАКИ

Резкая деформация в районе сустава

Неприродное положение конечностей

Боль сильная

Нет возможности делать движения в вывихнутом суставе

При желании действовать конечностью в районе вывихнутого сустава, приводит к возрастающей боли

## ЧТО ДЕЛАТЬ?

1. Обездвижить конечность в районе вывиха
2. Дать обезболивающее
3. Доставить в больницу

**НЕ ВПРАВЛЯТЬ ВЫВИХ САМОСТОЯТЕЛЬНО!!!**



# Переломы (закрытые, открытые)

## ПРИЗНАКИ

Деформация или уменьшение конечностей

Необычное положение конечностей

Движение в необычном месте

Нет возможности самостоятельно двигаться или опираться на конечность



# Переломы (закрытые, открытые)

## ЧТО ДЕЛАТЬ?

1. Обездвижить поврежденную конечность. Обязательно надо укрепить два ближайших сустава
2. Дать обезболивающее
3. Дать пить: воды, чаю
4. Если в месте перелома есть рана, которая доходит до кости, то такой перелом называется открытый. Открытый перелом очень опасный и требует срочного вмешательства врача. Первое что надо сделать до того как обездвижить конечность надо остановить кровотечение.



# Кровотечения

## КАПИЛЯРНОЕ

Кровь вытекает медленно, по каплям, и, если свертываемость ее нормальная, кровотечение прекращается самостоятельно





# Кровотечения

## ВЕНОЗНОЕ

Наблюдается обильное вытекание крови темно-красного цвета



## ЧТО ДЕЛАТЬ?

**Необходимо положить давящую повязку прямо на рану.**

На кровоточащий участок положить чистую марлю

Поверх нее положить неразвернутый бинт или сложенную в несколько раз марлю, в крайнем случае — сложенный чистый носовой платок.

Прижать бинтом (таким образом просветы сосудов сдавливаются, и кровотечение прекращается).



# Кровотечения

## АРТЕРИАЛЬНОЕ

Артериальная кровь ярко красного цвета бьет струей из поврежденных артерий

## ЧТО ДЕЛАТЬ?

Следует немедленно остановить приток крови к раненному участку, придавив артерию пальцем выше места ранения.

Наложить жгут выше места ранения. Место наложения жгута покрывают слоем марли для того, чтобы не повредить кожи и нервов.

Под жгут необходимо положить записку, в которой указывается время наложение жгута!!!





# Кровотечения

## НОСОВОЕ

Кровь из носа при ударах

Или появление крови само по себе без видимых причин

## ЧТО ДЕЛАТЬ?

1. Посадить потерпевшего
2. Голову наклонить вперед
3. Стиснуть ноздри с боков на 10 минут
4. После остановки кровотечения не удалять сгустки крови, не делать больших физических нагрузок



# Потеря сознания

## ПРИЧИНЫ

Удары

Нервное  
перенапряжение

Перегревание

Духота

Иногда серьезные  
болезни

## ПРИЗНАКИ

Человек бледнеет

Холодный пот

Слабость в конечностях

Потеря сознания



# Потеря сознания

## ЧТО ДЕЛАТЬ?

1. Положить потерпевшего на спину, горизонтально с немного поднятыми ногами
2. Расстегнуть воротник или освободить от одежды что мешает.
3. Обеспечить доступ свежего воздуха
4. Обтереть лицо, шею платком смоченной холодной водой
5. Перенесите в прохладное место



# Переохлаждение

## ПРИЧИНЫ

Долгое нахождение при температуре меньше +14о С

Недостаточно теплая одежда

Утомленность

Сильный ветер

Нахождение в холодной воде

Мокрая одежда

Высокая влажность

Голод

## ПРИЗНАКИ

Хочется спать

Заторможенная речь

Заторможенная реакция

Нарушается координация движения

Становится холодно и начинает трусить

**Переохлаждение – причина СМЕРТИ!!!**



# Переохлаждение

## КАК ОТОГРЕТЬ ПОТЕРПЕВШЕГО

Сменить мокрую одежду

Давать горячее питье и еду

Утеплить

Можно сесть вокруг потерпевшего, или лечь к нему в спальник раздетым

## КАК ОБЕЗОПАСИТЬ СЕБЯ ОТ ПЕРЕОХЛАЖДЕНИЯ

Отдыхать и высыпаться

Иметь при себе запас шоколада, сахар, сгущенное молоко, конфеты

Пить, и есть горячую пищу в течение дня

Брать всегда с собой теплую одежду

Предупреждайте других о ваших маршрутах движения, если что, вас начнут искать.



# Травма глаза

## ПРИЗНАКИ

Боль

Слеза

Глаз краснеет

Веки распухают и краснеют



## ЧТО ДЕЛАТЬ?

1. Закапать в глаз состав сульфацилу - натрия (альбуциду)
2. Наложить чистую повязку
3. Дать обезболивающее
4. При ухудшения зрения транспортировать в больницу



# Укусы

## ПРИЗНАКИ

Боль , опухоль, покраснение, чесотка

## ЧТО ДЕЛАТЬ?

1. Вытянуть жало
2. Приложить что-то холодное, или смоченную в уксусе салфетку
3. Если укус сопровождается сильной болью - дать обезболивающее
4. Смазать противовоспалительной мазью
5. При укусах в лицо, шею, рот - быстро сделать укол Дексаметазону или Преднизалону, или Гидрокортизону и транспортировать больного в больницу





# Реанимация

## ПРИЗНАКИ КЛИНИЧЕСКОЙ СМЕРТИ

Отсутствие пульса  
Потеря сознания  
Отсутствие самостоятельных  
дыхательных движений  
Широкие зрачки

## ЧТО ДЕЛАТЬ?

1. Проверить пульс, дыхание, зрачки
2. Положить пострадавшего на спину (твердую поверхность)
3. Расстегнуть одежду
4. Очистить рот и нос
5. Закинуть голову назад. Открыть рот
6. Начать искусственное дыхание и массаж сердца
7. По возможности вызвать скорую помощь



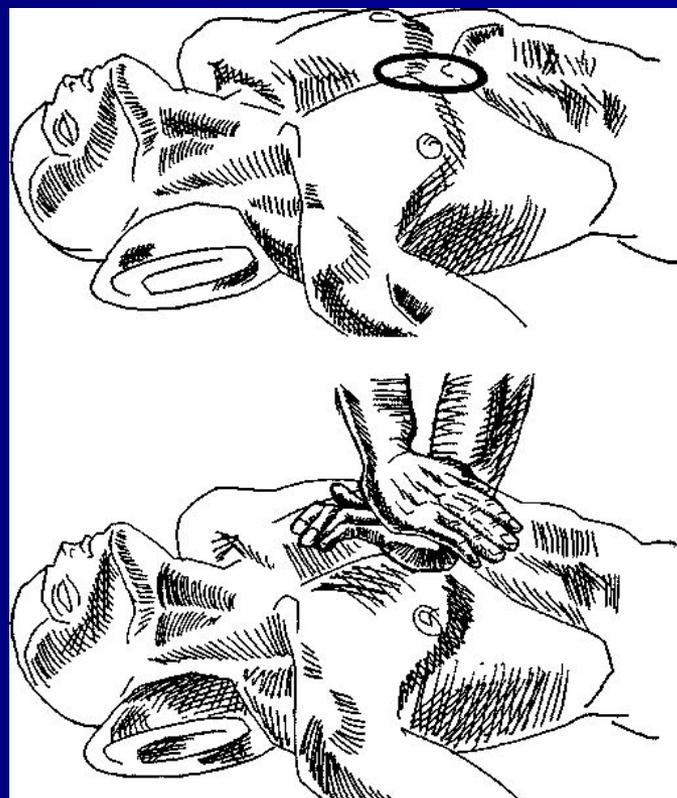


# Реанимация

## МАССАЖ СЕРДЦА

Массаж сердца является действенной мерой оживления при его сочетании с искусственным дыханием; проводить искусственное дыхание необходимо, поскольку при остановке сердца у человека прекращается и дыхательная деятельность.

**На 15 давлений грудной клетки производится 3 искусственных вдоха!!!**





**БУДЬТЕ  
ЗДОРОВЫ!**