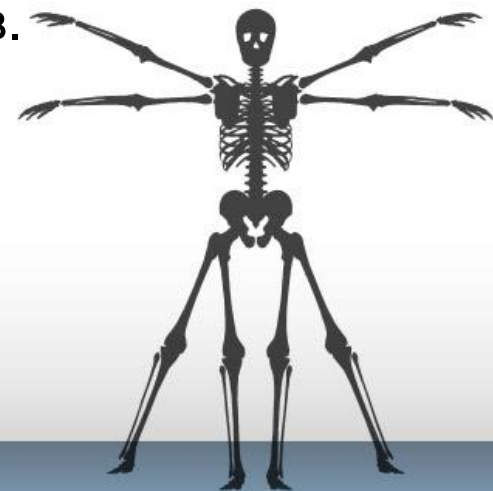


Первая ПОМОЩЬ



Первая помощь — это комплекс срочных простейших мероприятий по спасению жизни человека. Цель ее — устранить явления, угрожающие жизни, а также предупредить дальнейшие повреждения и возможные осложнения.

Согласно ст. 31 ФЗ РФ от 21.11.2011 №323 «Об основах охраны здоровья граждан» каждый человек в России вправе оказать первую помощь пострадавшему в случае экстренной ситуации при наличии у него специальной подготовки и (или) навыков.



Первая медицинская помощь (Само – и взаимопомощь)

Оказывается лицами без медицинского образования.

Цель:

- Устранение повреждающего фактора
- Создание условий для транспортировки пострадавшего до медпункта, больницы либо создание условий ожидания СМП (остановка кровотечения, иммобилизация, частичное обезболивание, уменьшение нервного напряжения)



Доврачебная помощь (фельдшерская)

Оказывается человеком со средним медицинским образованием (фельдшер, фельдшерская бригада СМП)

Цель:

- Устранить дефекты 1го этапа
- Транспортировка пострадавшего для оказания первой врачебной помощи (в больницу).



Первая врачебная помощь

Оказывается врачом СМП, врачом общей медицинской практики (хирург, терапевт)

Цель:

- Предотвращение угрожающих жизни состояний

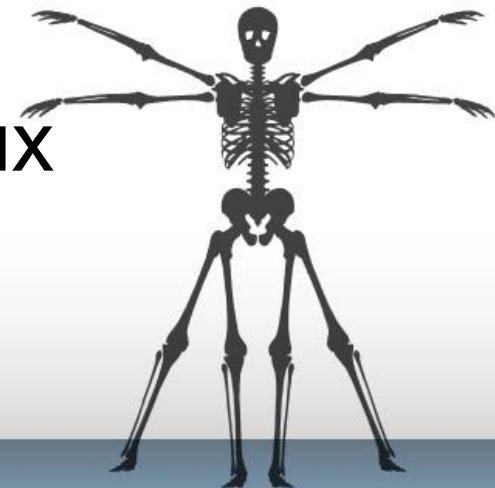


Квалифицированная медицинская помощь

Оказывается в отделении ЛЮБОЙ
БОЛЬНИЦЫ при взаимодействии
врачей разных специальностей,
наличии необходимого оснащения.

Цель:

- Восстановление жизненно важных функций и предупреждение осложнений.



1



Убедись, что ни тебе, ни пострадавшему ничто не угрожает. Используй медицинские перчатки для защиты от биологических жидкостей пострадавшего. Вынеси (выведи) пострадавшего в безопасную зону.

2



Проверь признаки сознания у пострадавшего. При его наличии – перейди к пункту №7 и далее. (см. стр. 15)

3



При отсутствии сознания обеспечь проходимость верхних дыхательных путей и проверь признаки дыхания. (см. стр. 16). При его наличии переходи к пункту №6 и далее.

4



При отсутствии дыхания вызови (самостоятельно или с помощью окружающих) скорую медицинскую помощь (со стационарного телефона – 03, с мобильного телефона – 112).



Восстанови дыхание и сердечную деятельность путем надавливаний на грудную клетку и проведения искусственного дыхания (см. стр. 20-21)
30 надавливаний на 2 вдоха



В случае появления признаков жизни у пострадавшего (или в случае, если эти признаки имелись у него изначально) выполни поддержание проходимости дыхательных путей (устойчивое боковое положение).



Выполни обзорный осмотр пострадавшего. Останови наружное кровотечение при его наличии. (см. стр. 26-36)



Выполни подробный осмотр пострадавшего на наличие травм и неотложных состояний, окажи первую помощь (например, наложи герметизирующую повязку на грудную клетку при проникающем ранении).

Вызови скорую медицинскую помощь (если она не была вызвана ранее).

Обморок

Внешние проявления:

- Резкая общая слабость
- Внезапное легкое затуманивание сознания
- Головокружение
- Звон в ушах
- Бледность кожи
- Похолодание рук и ног
- Капли пота на лице
- **Полная потеря сознания** (как правило не более 4-5 минут)
- Дыхание поверхностное

- это внезапно возникающая кратковременная утрата сознания.

Причины: недостаток притока крови к мозгу.



Первая помощь при обмороке

Признаки: бледность, кратковременная потеря сознания.

Если сознание не восстанавливается более 3-5 мин. вызови «скорую помощь»



Солнечный и тепловой удар

Причины:

- Работа на солнцепеке (солнечный удар), в душном или жарком помещении (тепловой удар).
- Ухудшение кровоснабжения головного мозга и сердца, кислородное голодание.

Внешние проявления:

- Головная боль
- Слабость
- Тошнота, рвота
- Часто - потеря сознания



Солнечный (тепловой) удар

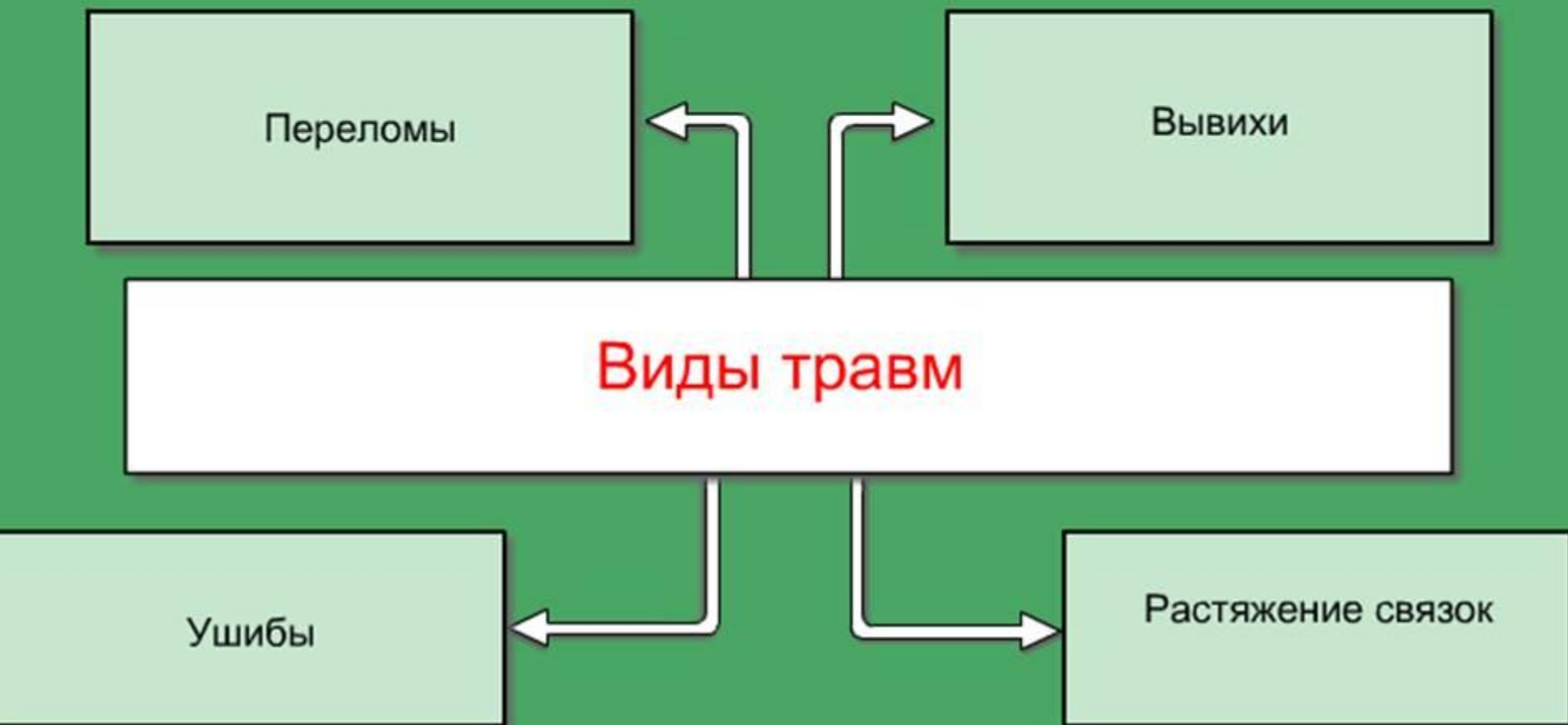
Что делать?

- перенести в тень или прохладное помещение;
- уложить пострадавшего на спину так, чтобы голова была чуть ниже туловища;
- создать приток свежего воздуха;
- положить на лоб платок или полотенце, смоченное холодной водой;
- поить минеральной водой или слегка подсоленной;
- **ВЫЗОВ СМП!**
- При головной боли - таблетка обезболивающего.

Первая помощь при солнечном ударе



Виды травм



Ушиб

- Закрытая травма мягких тканей, с незначительным повреждением их микроструктуры.

Причина: удар тупым твердым предметом или падение с небольшой высоты на плоскую поверхность.

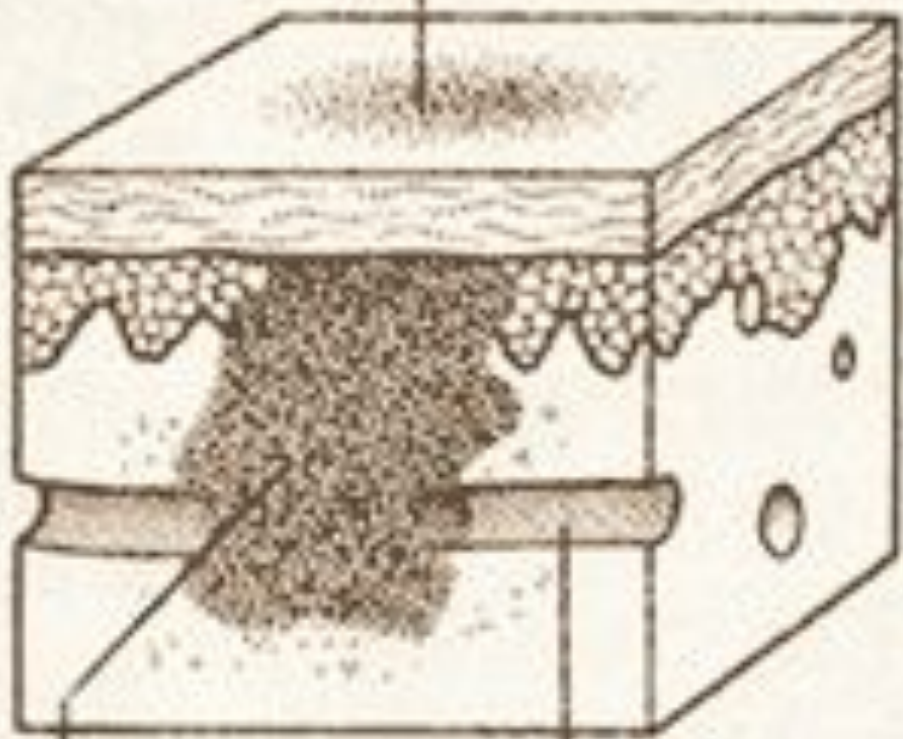
При ушибах, как правило, не возникает грубых анатомических повреждений тканей или органов.

Внешние проявления:

- Отёк
- «синяк»
- Местное покраснение
- Боль не сильная /умеренная
пульсирующая/распирающая



Кровоподтек



Вытекающая
кровь

Кровеносный
сосуд

Схема «синяка»



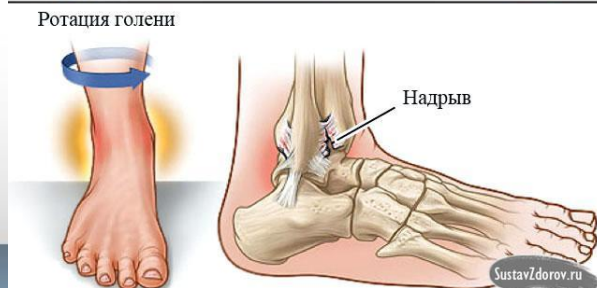
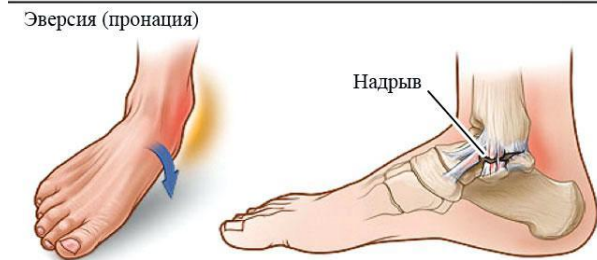
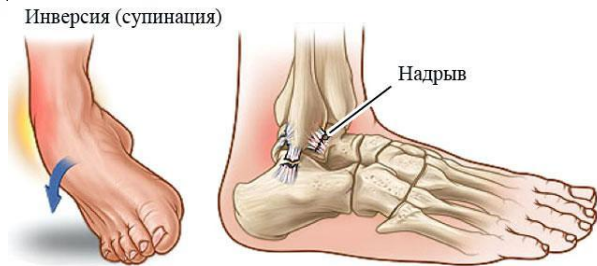
Что делать????

- Холод местно (15 минут через одежду или ткань, 15 минут отдых, при необходимости можно повторить)
- Возвышенное положение конечности
- При необходимости обезболить (боль мешает сну, работе)
- При необходимости тугая повязка на 3 часа
- Снижение нагрузки \ смена деятельности
- Мазь против «синяков»(Троксевазин-Наносить на область поражения 2 раза в сутки утром и вечером, мягко втирая до полного впитывания)



Растяжение

- Повреждение (разрыв) мягких тканей (связок, сухожилий, мышечных волокон) с сохранением внешней и нарушением внутренней целостности.
- **Причина:** перерастяжение тканей без воздействия внешней силы.



Внешние проявления:

- Боль
- Отёк
- «синяк»
- Нарушение функции, значительное снижение работоспособности

Что делать?

- Обезболивание (1 сутки)
- Местно холод (1 сутки)
- Иммобилизация (1-2 сутки)
- Мазь против синяков (со 2 суток)
- Местно греем (со 2 суток)



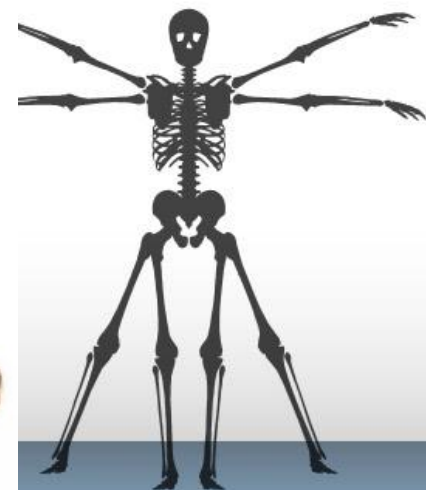
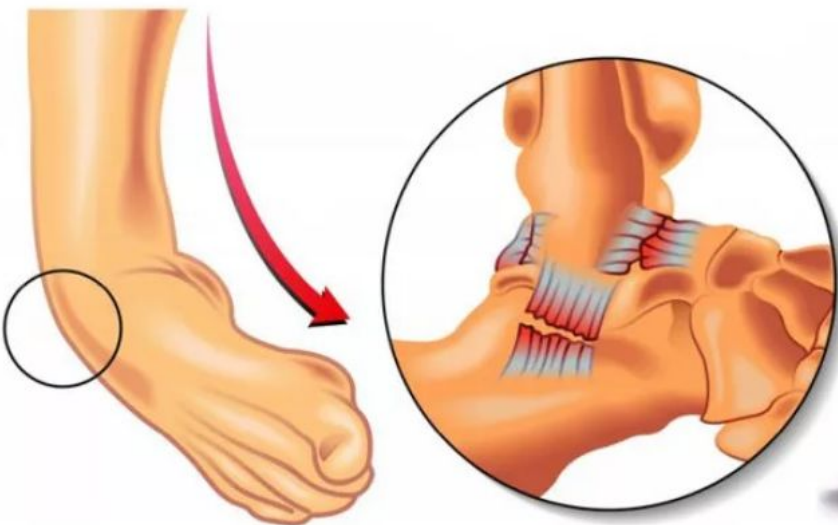
Разрыв связок и сухожилий

Причина:

- Перенапряжение мышцы
- Резкая непосильная физическая нагрузка

Внешние проявления:

- Сильная, нестерпимая боль
- Невозможность выполнения функций конечностью
- Сильный отек в течение первых часов после травмы
- Большой «синяк»



Что делать?

- Немедленно доставить к врачу
- Местно холод (15 минут через ткань, 15 минут отдыхаем, при необходимости повторяем)
- Иммобилизация
- Обезболивание



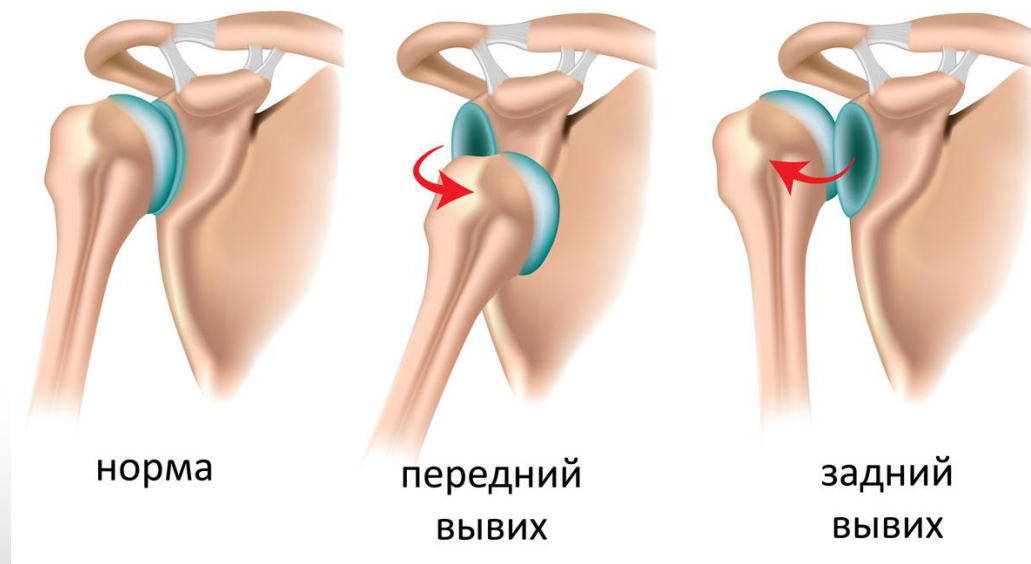
Вывих

- Нарушение соединения костей в суставе.

Причины: Чрезмерная нагрузка на сустав

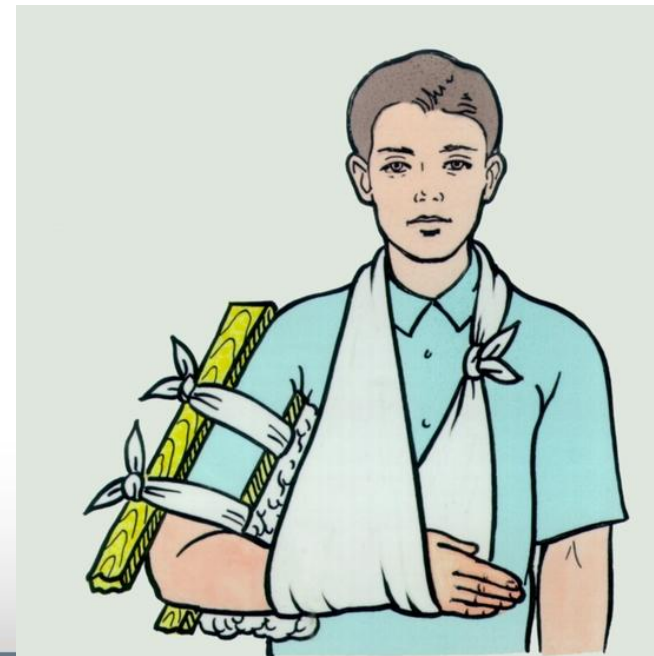
Внешние проявления:

- Нарушение формы, функции сустава
- Сильная боль
- Изменение длины
- Невозможность движений
- Отёк
- «СИНЯК»



Что делать?

- Иммобилизация
- **САМОСТОЯТЕЛЬНО НЕ ВПРАВЛЯТЬ**
- Двигаемся в сторону врача =)



Падение с высоты

Травма:

1. Сотрясение головного мозга
2. Закрытая тупая травма живота
3. Переломы (черепа, позвоночника, конечностей)

Причины: Нарушение техники безопасности



Сотрясение головного мозга

В основе травмы лежит – рефлекторный кратковременный спазм сосудов головного мозга без его повреждения.

Признаки:

- Кратковременная потеря сознания
- Ретроградная амнезия
- Головная боль
- Головокружение
- Тошнота
- Однократная рвота
- Шум в ушах
- Потливость
- Нарушение сна

Что делать?

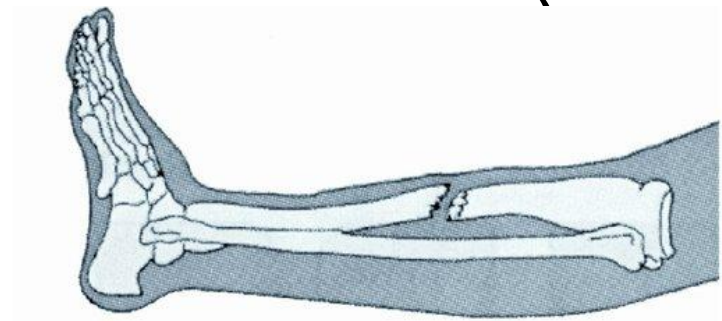
- Вызвать врача!
- Успокоить пострадавшего
- Если не тошнит, можно дать таблетку от головной боли.



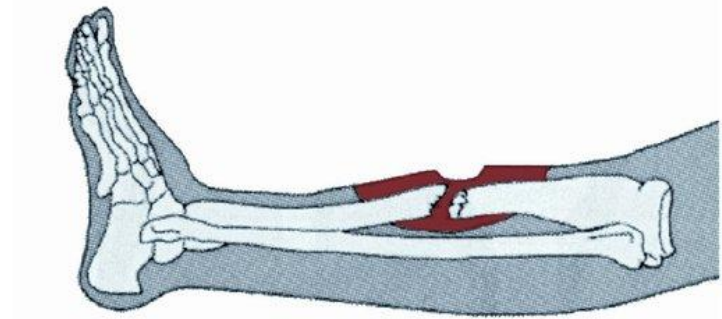
Переломы конечностей

1. Открытые (видны кости \ отломки кости к ране)
2. Закрытые (без повреждения кожного по

- ЗАКРЫТЫЙ



- ОТКРЫТЫЙ



Переломы конечностей



Переломы конечностей

Проявления:

- Сильная боль
- Кровотечение \ «синяк»
- Неестественное положение конечности
- Возможный хруст при случайном движении
- Нарушение функции с полной невозможностью осуществления движений
- Внешнее укорочение поврежденной конечности относительно другой



Переломы конечностей

Что делать?

- Иммобилизация конечности:
 - * верхней – повязка
 - * нижней – фиксация к прямому предмету
- При необходимости остановка кровотечения



Подручным средством (бедра)



Прибинтовыванием к здоровой ноге (голени)



Деревянным щитом (позвочника)



Щитом и валиком (костей таза)

Закрытая тупая травма живота

Проявления:

- Внешних проявлений нет
- Через 1-2 часа возможна резкая потеря сознания
- Боль кинжальная \ нет вообще

Что делать?

- **БЕГОМ К ВРАЧУ!**



Кровотечения

- Нарушение целостности сосуда с излитием крови из него.

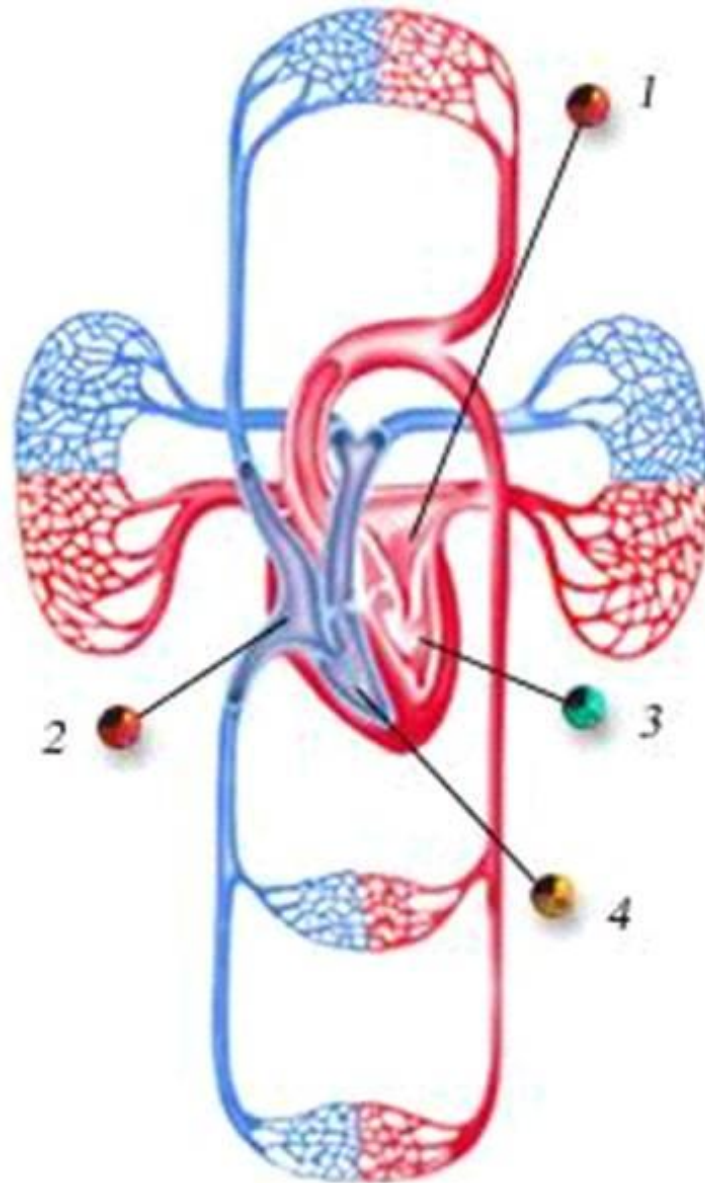
Виды:

- Артериальное
- Венозное
- Капиллярное

- Наружное
- Внутреннее



Круги кровообращения



Артериальное кровотечение

Внешние проявления: Что делать?

- Алого цвета (**Алая**)
- Струя пульсирующая (**Активная**)
- Скорость кровотечения высокая
- Обильное кровоизлияние
- Не обрабатываем (оценка рисков)
- Прижатие/Наложение жгута
- Иммобилизация конечности
- Транспортировка к врачу \ вызов СМП



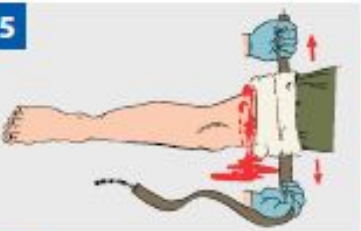
Точки прижатия артерий

4



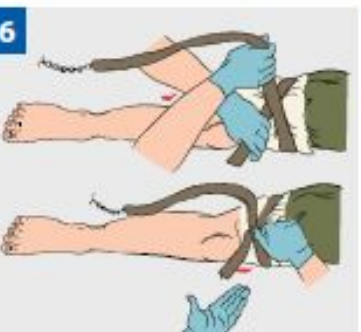
1. Сонная
2. Плечевая
3. Подмышечная
4. Бедренная

*На конечностях
точка прижатия артерии к кости
должна быть выше места кровотечения.
На шее – ниже раны или в ране.*



Жгут – крайняя мера временной остановки артериального кровотечения!

Наложите кровоостанавливающий жгут. Он накладывается на мягкую подкладку (элемент одежды пострадавшего) выше раны и как можно ближе к ней.



Подведи жгут под конечность и растяни.

Затяни первый виток жгута и убедись, что кровотечение из раны прекратилось.

Жгут – крайняя мера временной остановки артериального кровотечения!

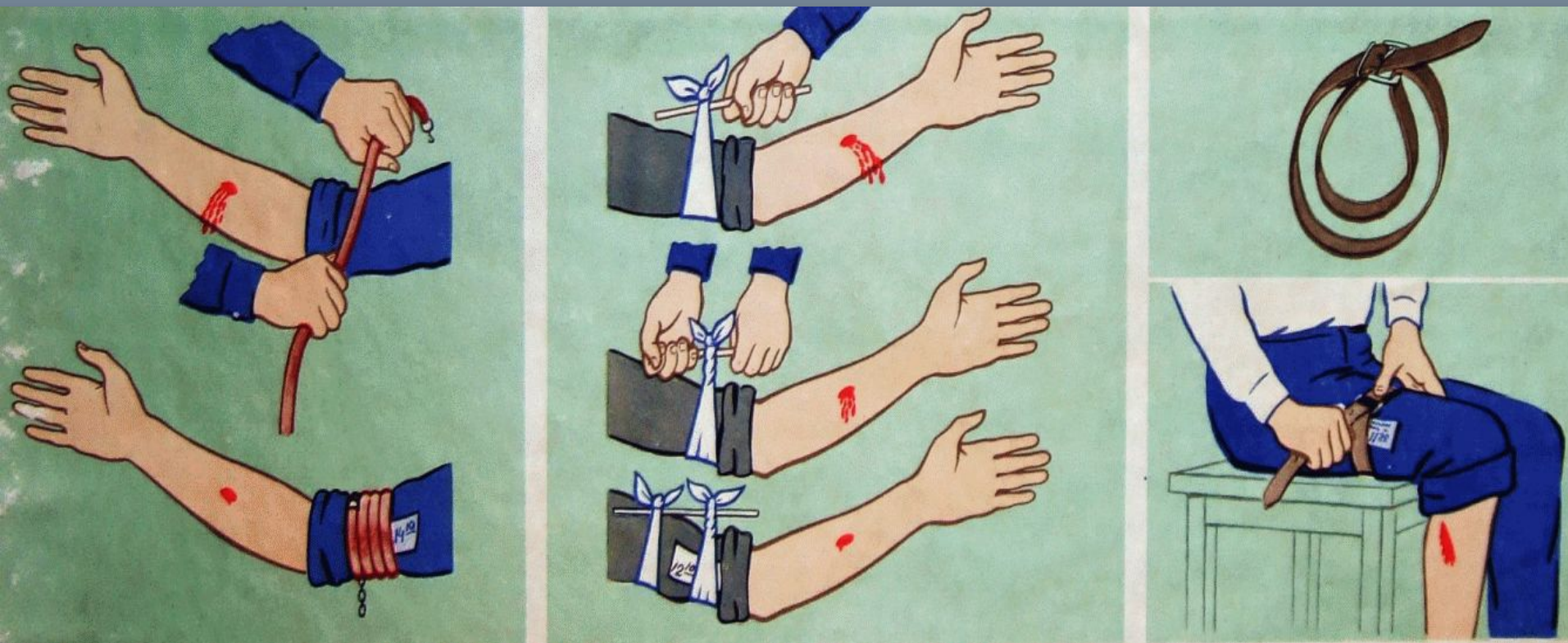


Наложите последующие витки жгута с меньшим усилием по восходящей спирали, захватывая предыдущий виток примерно наполовину.



Вложи под жгут записку с указанием даты и точного времени наложения. Не закрывай жгут повязкой или шиной! Летом жгут можно держать 1 час, зимой – 30 минут.

Артериальное кровотечение



Венозное кровотечение

Внешние проявления:

- Цвет крови от бордовой до темно-красной (**вишневая**)
- Скорость кровотечения низкая
- Струя **вялая**

Что делать?

- Не обрабатываем (оценка рисков)
- Наложение давящей повязки
- Иммобилизация конечности
- Транспортировка к врачу \ вызов СМП



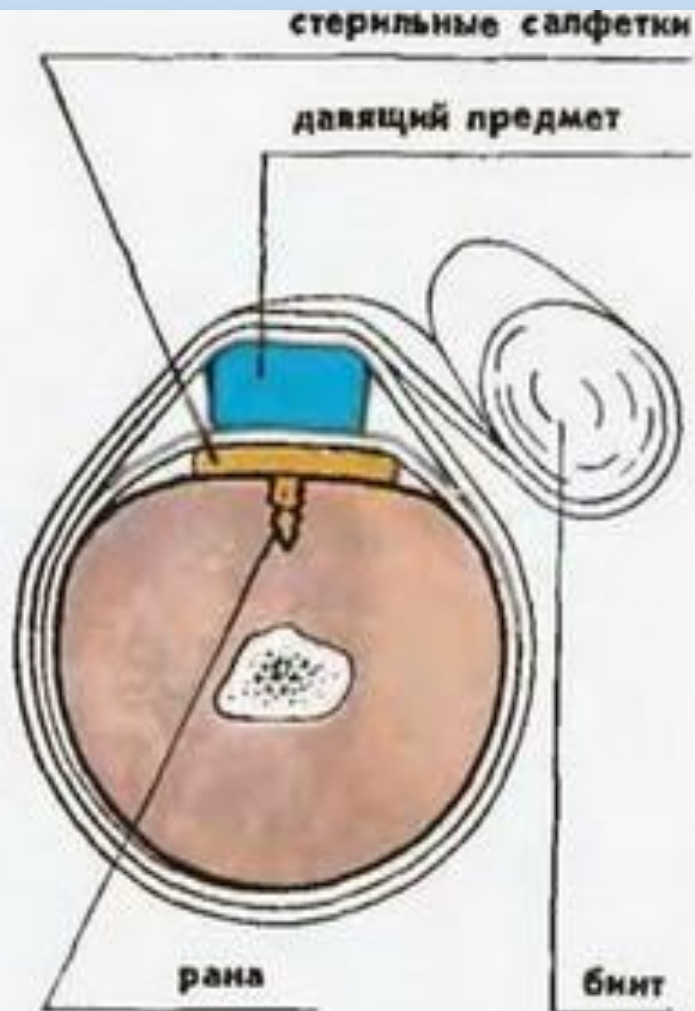
Венозное кровотечение

Правила наложения давящей повязки.

1. Освобождаем конечность от одежды
2. Накладываем комок чистой ваты, бинта к месту кровоизлияния для механического сдавливания вены.
3. Туго бинтуем поверх обычным бинтом с контролем чувствительности пальцев!



Венозное кровотечение



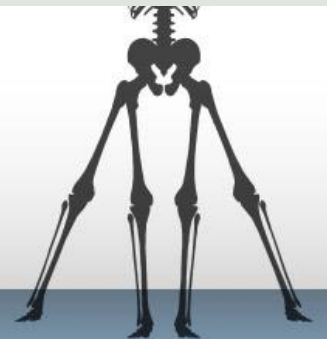
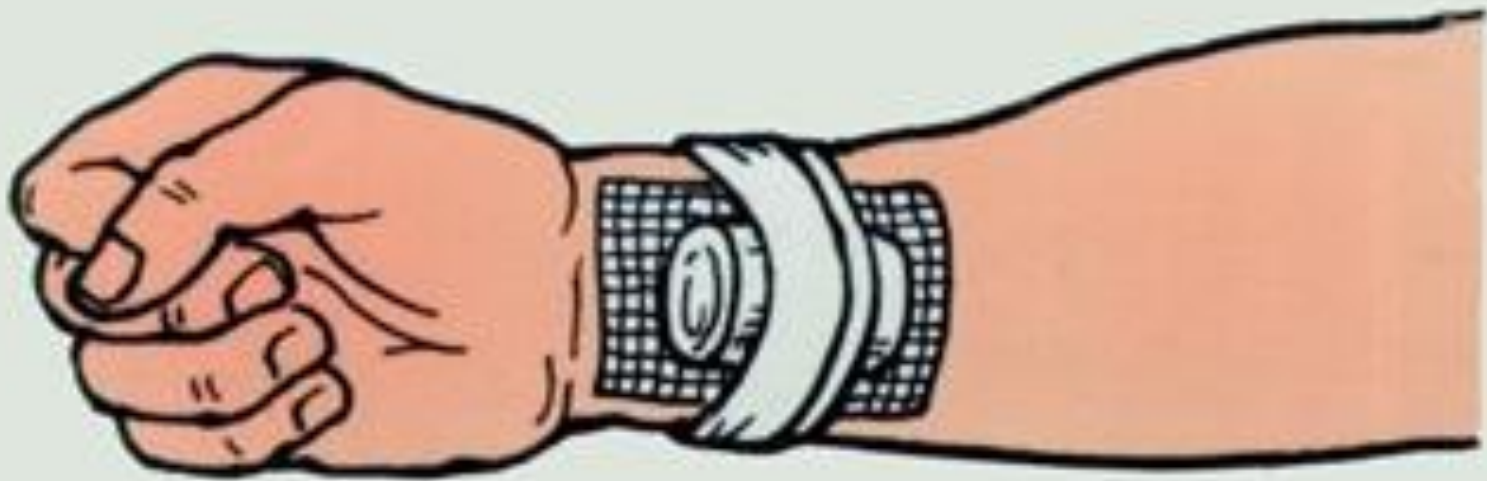
49



50



Венозное кровотечение



Капиллярное кровотечение

Внешние проявления:

- «содрали кожу»
- Ссадины
- Небольшие болевые ощущения

Что делать?

- Медикаментозная обработка
- Лейкопластырь
- Стерильная повязка



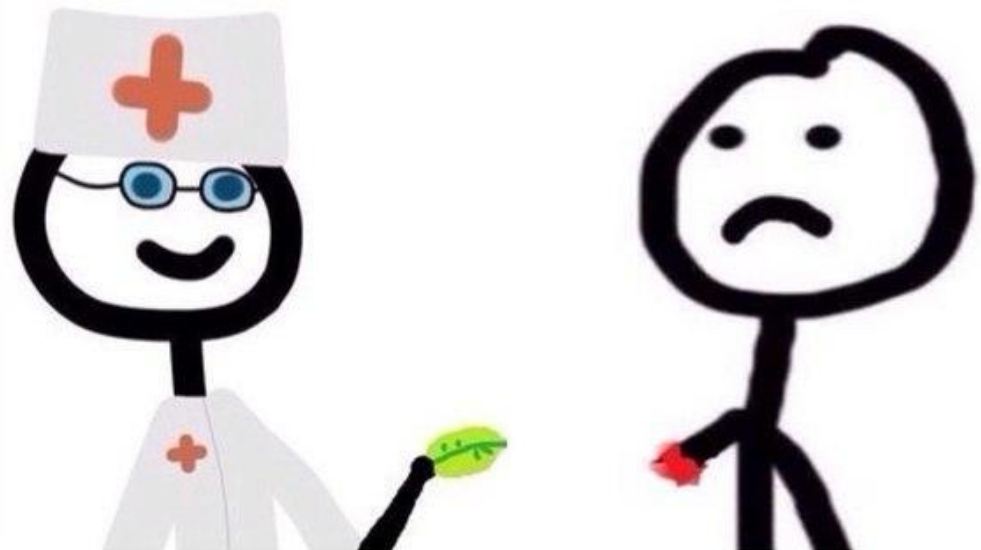
Капиллярное кровотечение

Что делать?

- Подорожник =)
- Медикаментозная обработка
- Лейкопластырь
- Стерильная повязка

ПОДРОЖНИК ПРИЛОЖИ))

ХИРУРГ ВЫ ТАК СЕБЕ!





Капиллярное

Венозное

Артериальное



Кровотечение из носа

Что делать?

- Посадить человека и слегка опустить голову для обеспечения хорошего оттока крови.
- Обеспечить приток свежего воздуха (расстегнуть рубашку, открыть форточку).
- На переносицу влажную ткань или лед через ткань.
- Комок из стерильной ваты смочить каплями для носа и ввести в носовой ход.

Основные причины:

- Травма носа или слизистой носа
- Индивидуальные особенности
- Сухой воздух
- Аллергия
- Тепловой или солнечный удар



НЕ НАДО ДЕЛАТЬ!

- Запрокидывать голову назад
- Сморгаться



НЕЛЬЗЯ



Укладывать больного в постель без подушки и приподнимать ноги — приток крови к голове увеличится и кровотечение усилится



Запрокидывать голову назад — это усиливает кровотечение, кровь может затечь в дыхательное горло и пищевод, вызвать рвоту или воспаление легких



Пить кофе, какао, чай, а также есть сразу после того, как остановили кровь — это приведет к повышению давления, расширению сосудов, что может спровоцировать новое кровотечение

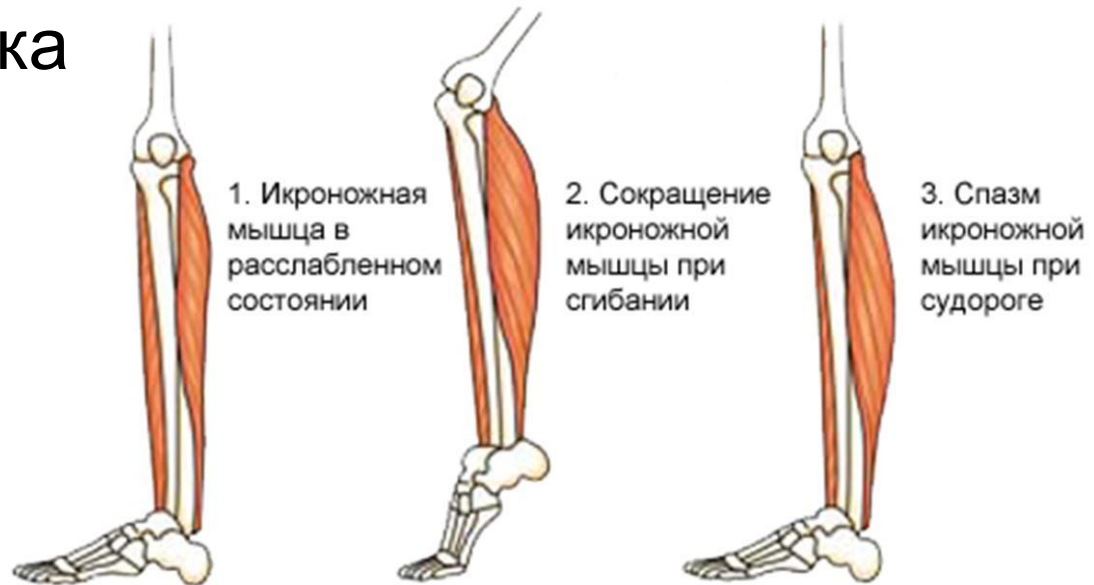
При частых кровотечениях из носа обязательно обратитесь к врачу!

Судорога

- Чрезмерное напряжение мышц

Причины:

- Обезвоживание
- Нехватка витаминов и питательных веществ
- Резкая смена температуры
- Чрезмерная нагрузка
- Плоскостопие



Судорога

Внешние проявления:

- Резкая спастическая боль 30 секунд – 2 минуты
- Невозможность движения
- Деформация вида конечности

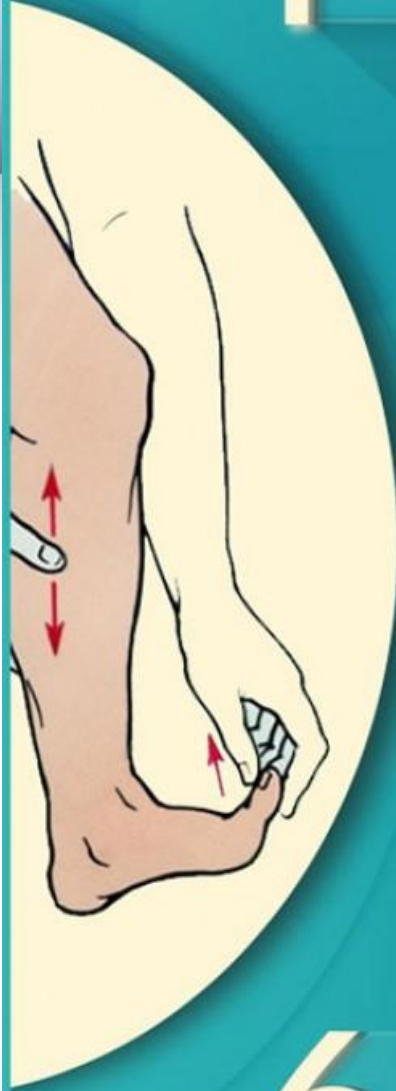


Судорога

Что делать?

- Смена физической нагрузки
- Легкий массаж
- Внешний раздражитель (пощипать, легкое покалывание иголочкой)
- Погреть





1

Некоторые люди ощущают наступление судороги, поэтому если вы из их числа, то заранее расслабьте ногу.

2

Если спазм все же случился, потяните носок ноги на себя, затем немного ослабьте тягу и потяните еще раз.

3

Если судорога не прошла, то встаньте, походите немного босыми ногами по прохладному полу.

4

Снять судорогу поможет легкий массаж мышцы. Для усиления эффекта используйте разогревающую мазь.

5

Если спазм не проходит, попробуйте пощипать спазмированную мышцу или уколоть ее иглой.

6

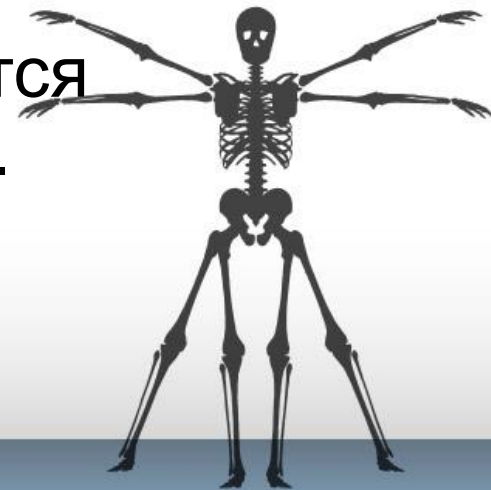
После того, как судорога прошла, рекомендуется полежать с приподнятыми ногами, чтобы обеспечить отток крови и снизить риск повторения спазма.

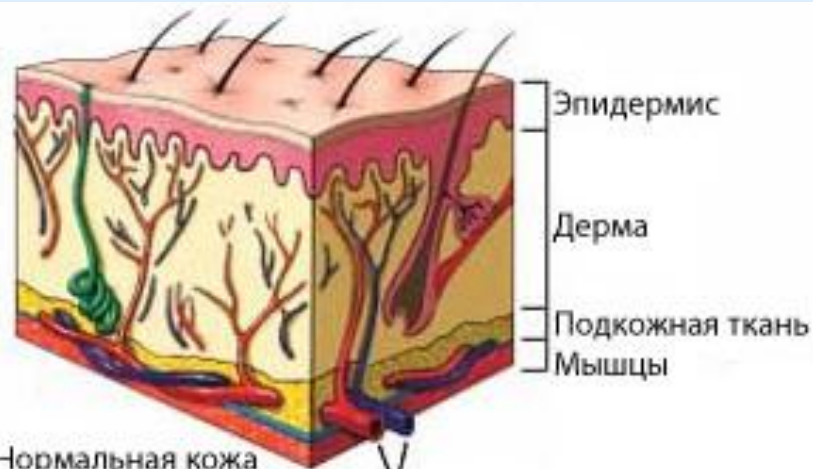


Ожог

– это повреждение кожи, слизистой оболочки, а также подлежащих тканей в результате воздействия высоких температур (термический ожог), химических веществ (концентрированные кислоты, едкие щелочи - химический ожог), электротока (электрический ожог) и ионизирующего излучения (лучевые ожоги).

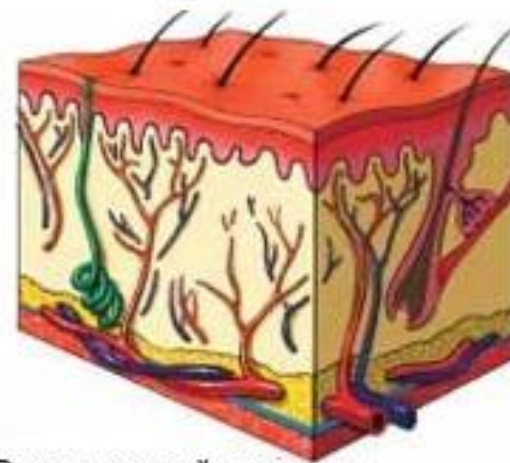
Тяжесть поражения тканей определяется глубиной и распространённостью ожогов.





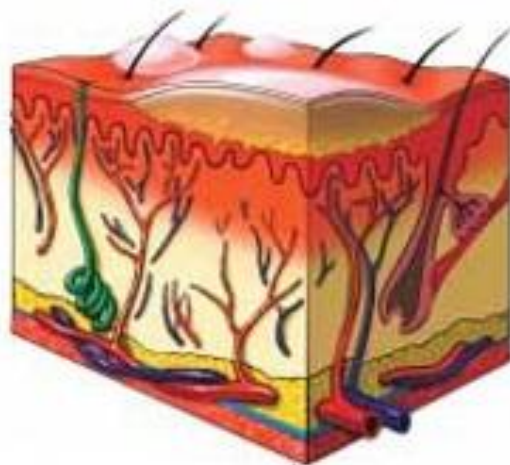
Нормальная кожа

Кровеносные
сосуды



Ожог первой степени

Повреждается только верхний слой
кожи



Ожог второй степени

Волдыри на коже;
Повреждается весь эпидермис
и некоторая часть дермы;
Может быть поврежден
весь слой дермы



Ожог третьей степени

Глубокое повреждение тканей



Степени ожога и характеристика

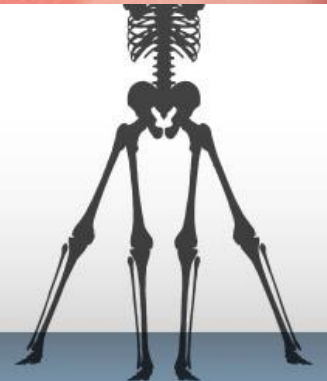
I степень

Поврежденные участки:

Страдает только наружный слой кожи

Внешние проявления:

- покраснение
- отек,
- припухлость ,
- местное повышение температуры
КОЖИ



Степени ожога и характеристика

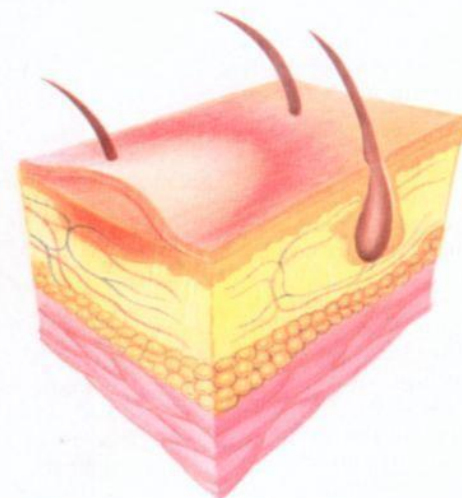
II степень

Поврежденные участки:

Происходит отслоение наружного слоя кожи с образованием небольших пузырей со светло-желтым содержимым.

Внешние проявления:

- резкая сильная боль
- отек
- припухлость
- появление пузырей



Ожог второй степени

Степени ожога и характеристика

IIIa степень

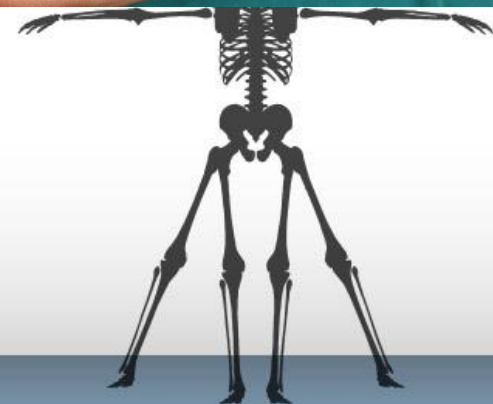
Поврежденные участки:

Некроз - омертвление всех слоев кожи, кроме самого глубокого – росткового (пузыри разрушены, содержимое желеобразное)



Внешние проявления:

- пузыри с содержимым темно-желтого или коричневого цвета желеобразной консистенции.
- лопнувшие пузыри
- болевая реакция незначительная



Степени ожога и характеристика IIIб степень

Поврежденные участки:

Глубокий некроз -
омертвление всех слоев кожи
(пузыри разрушены,
содержимое кровянистое)



Внешние проявления:

- пузыри наполнены жидкостью с кровью,
- дно лопнувших пузырей тусклое, сухое, безболезненное



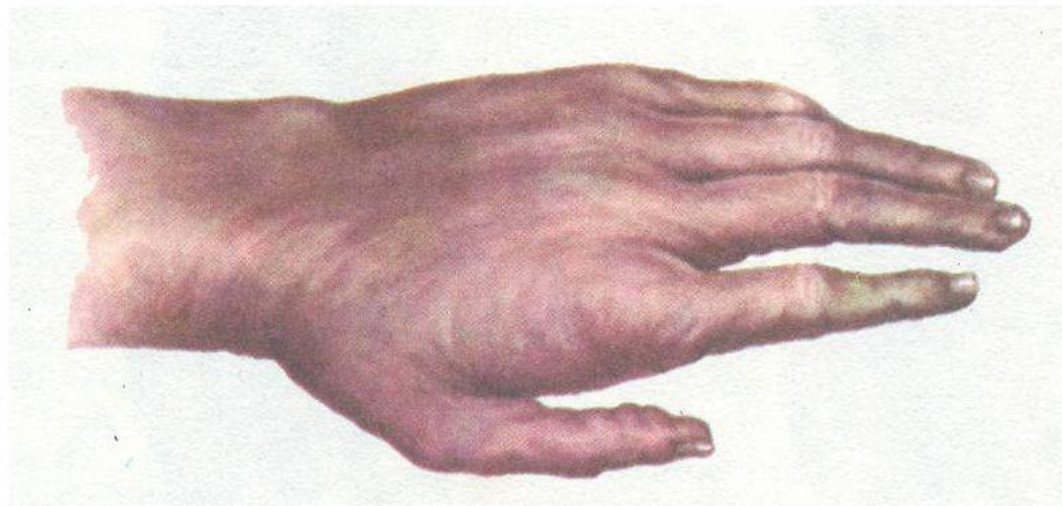
Степени ожога и характеристика IV степень

Поврежденные участки:

Обугливание кожи до кости

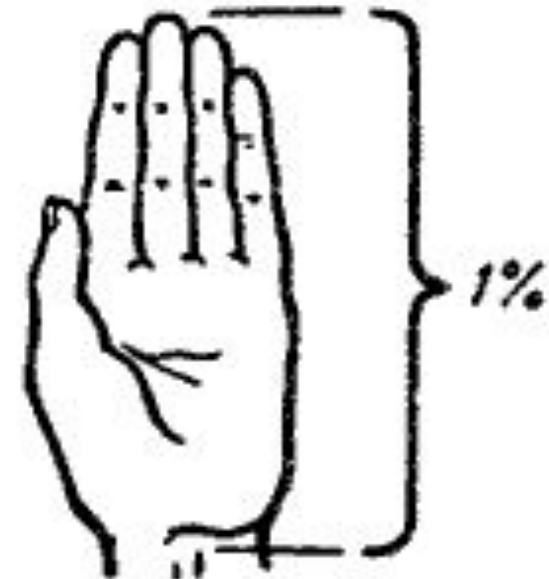
Внешние проявления:

- Поверхность покрыта плотной коркой коричневого цвета, не чувствительна к раздражениям.



Правило «ладони»

Сколько ладоней (площадь ладони равна примерно 1% площади поверхности тела) уложится в область ожога, столько процентов и составит обожженная поверхность тела пострадавшего.



Ожог

Что делать?

- Если 1-2%, возможно лечение амбулаторно, после консультации врача
- Если более 2% - лечение в стационаре.
- Транспортировка пострадавшего таким образом, чтобы большая часть ожога не соприкасалась с носилками.
- Обильное питье – в 1 л воды растворяем по столовой ложке поваренной соли и 1 чайной ложке питьевой соды
- Обезболивающее
- Повязка
- Иммобилизация



Что делать?

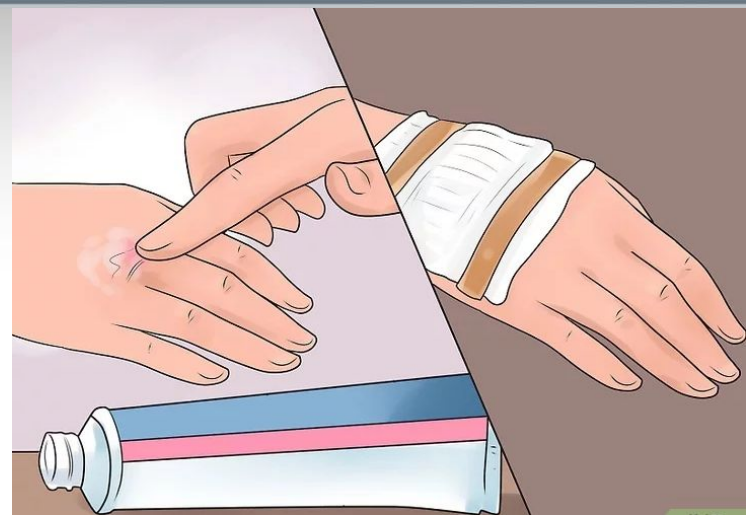
- **Охладите ожог под холодной водой.** Подержите область ожога под холодной водой около 10-15 минут (или пока не исчезнет боль). Не переборщите с холодной водой, потому что холод может повредить кожу вокруг ожога
- **Наложите холодный компресс.** Поместите такой компресс поверх ожога. Подержите компресс 10-15 минут, подождите 30 минут, а затем снова нанесите компресс на 10-15 минут.
- **Купите болеутоляющий препарат.** Например, можно купить ибупрофен, ацетаминофен, аспирин, найз, если вас беспокоит боль от ожога. Если через несколько часов боль не уменьшится, примите еще одну таблетку.
- **Очистите область ожога.** Помойте руки, затем помойте область ожога водой с мылом, чтобы предотвратить попадание инфекции. После этого нанесите на место ожога мазь с антибиотиком (Неоспорин)



Нанесите немного мази на место ожога, а затем прикройте эту область стерильной марлей. Накройте область ожога стерильной марлей и осторожно закрепите ее с помощью медицинского пластыря. Меняйте марлю каждый день!

Не наносите марлю непосредственно на рану. Перед тем, как наложить на ожог марлю, обязательно нанесите слой мази или крема.

Марлю нужно убирать в направлении роста окружающих волос. Если марля прилипнет к ране, нанесите на это место немного воды или физиологического раствора, чтобы марлю было легче убрать. Сделайте физиологический раствор самостоятельно, добавив 1 чайную ложку соли на литр воды



Ожог

ЧЕГО ДЕЛАТЬ НЕЛЬЗЯ!

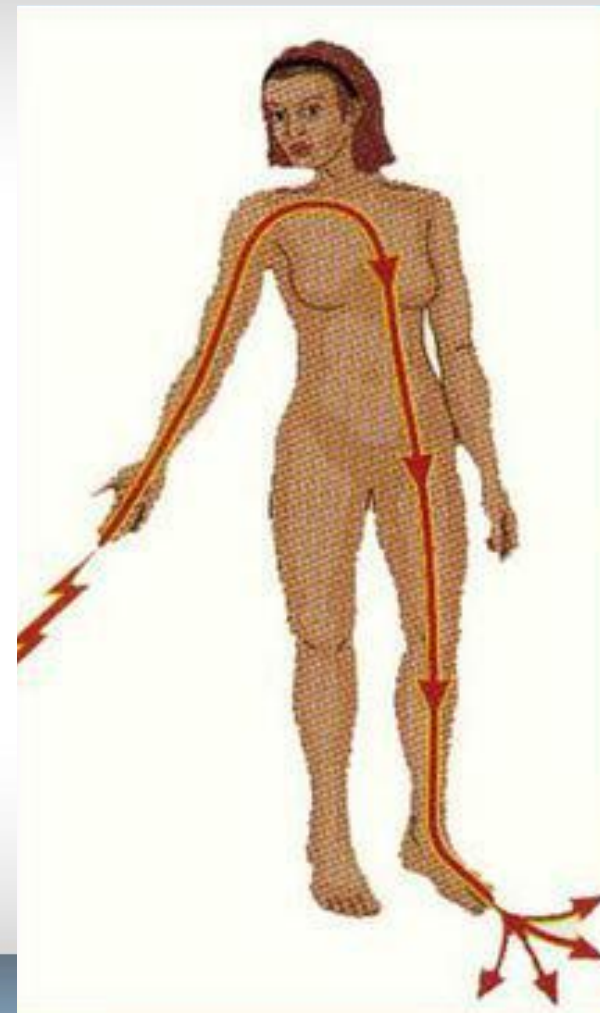
1. Отрывать прилипшую одежду
2. Прокалывать пузыри
3. Мазать раневую поверхность маслом, кремом, зеленкой, йодом, марганцовкой.
4. К раневой поверхности прикладывать вату, лейкопластырь, лед.
5. Касаться руками раневой поверхности



Электротравма

Внешние проявления:

У мест входа и выхода тока возникают изменения тканей, сходные с термическими ожогами. В этих местах на коже образуются желтовато-бурые или белесоватые пятна с жидкостью по краям (электрические метки).



Электротравма

- Головная боль,
- общая слабость,
- одышка,
- помрачение или потеря сознания,
- возбуждение,
- повышенная раздражительность
- В крайне тяжелых случаях – остановка сердечной деятельности, остановка дыхания и удушье.



Электротравма

Что делать?

- Освобождение от контакта с электрическим током – выключают источник электрического питания, обрывают или отбрасывают провод деревянной сухой палкой. Если оказывающий помощь одет в резиновые сапоги и перчатки, то можно оттащить пострадавшего от электропровода руками.
- При остановке дыхания и сердца НМС, ИВЛ
- На электроожоговую рану накладывают асептическую повязку.
- Транспортировка пострадавшего к врачу



Укус клеща

- **Клещ** – кровососущее насекомое, обитающее в траве. Является переносчиком вируса энцефалита

Внешние проявления при укусе:

- Покраснение диаметром 1 см с маленькой точечкой посередине (тело клеща)
- Безболезненность укуса



ЕСЛИ ВАС УКУСИЛ КЛЕЩ:

1 Вытащите его

НИТКОЙ

ПИНЦЕТОМ

или
РУЧКОЙ-ЛАССО



2 Вытащить нужно вместе с головой! (Чтобы не загноилась ранка.)

3 Голова клеща оторвалась? Вынимайте ее иголкой, как занозу!



4 Отнесите клеща на анализ в лабораторию санэпидемстанции.



5 **НЕОБХОДИМО ОБЯЗАТЕЛЬНО ОБРАТИТЬСЯ К ВРАЧУ!**



6 Через 10 дней после укуса сдайте кровь на боррелиоз и энцефалит.

7 Еще через 2-3 недели сдайте анализы на антитела к вирусу клещевого энцефалита и вирусу боррелиоза, – для подтверждения диагноза и оценки иммунитета вашего организма.



Укус клеща

Совет:

Поставить прививку от клеща за 1 месяц до целины (минимум за 2 недели) или держать наготове 3000-5000 рублей за вакцину иммуноглобулина =)



Укус клеща

НЕЛЬЗЯ

1. Поливать клеща маслом, кремом, одеколоном
2. Давить клеща
3. Протыкать иголкой когда он напьется крови



Основные заболевания



35.0 – 36.9 – нормальная температура тела

37.0 – 38.0 – температура, характерная для **НОРМАЛЬНОЙ** работы организма и иммунной системы

38.1 – 41 – температура, характерная для преобладания патологического процесса над защитными силами организма



Лечить или не лечить?

- 37.0 – 38.5
- Сбивать температуру = убрать защиту организма
- Витамин С (морсы, дражже, лимон, шипучки)
- Обильное питье
- Лечение основного заболевания
- Частое полоскание
- Порошки (????)
- **НЕЛЬЗЯ прогревать!!!!!!**



Лечить или не лечить?

- Выше 38.0
- Порошки 2-3 раза в день
- Симптоматическое лечение основного заболевания
- Обильное питье
- Витамин С (допустимо до 4 мг в сутки)
- Покой



НЕНАРКОТИЧЕСКИЕ

АНАЛЬГЕТИКИ

(неопиоидные, «малые» анальгетики) – это лекарственные препараты различной химической структуры, обладающие противовоспалительным, анальгезирующим и жаропонижающим действием и не имеющие наркотического потенциала.



с преимущественно анальгезирующим и жаропонижающим действием = АНАЛЬГЕТИКИ-АНТИПИРЕТИКИ

обладающие «триадой» эффектов, ведущий из которых - противовоспалительный = НПВС



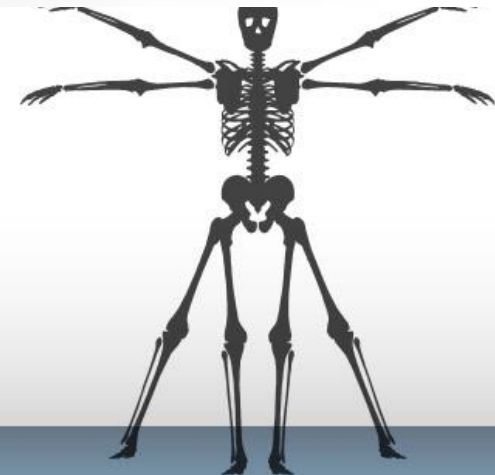
Основные эффекты анальгетиков периферического действия при хроническом болевом синдроме:

Препарат (доза)	Анальгетическое действие	Противовоспалительное действие	Жаропонижающее действие	Спазмолитическое действие	Возможные побочные эффекты
Анальгин (2,0 — 6,0 г/сут)	+++	+	+++	+	Кожные аллергические реакции, лейкопения
Парацетамол (2,0—6,0 г/сут)	++	—	++	—	Гепатотоксическое действие
Диклофенак натрия(0,2 - 0,4 г/сут)	+++	+++	+	—	Диспепсические симптомы, редко - эрозии, язвы
Напроксен (1,0 —2,0 г/сут)	++	++	+	—	То же
Аспирин(1,0 — 6,0 г/сут)	++	++	++	—	» »
Индометацин (0,1-0,15 г/сут)	++	+++	—	—	» »
Ибупрофен(0,6-1,2 г/сут)	++	+++	+	—	» »



Анальгин

- или метамизол натрия, обладает не только обезболивающим эффектом. Он также оказывает незначительное жаропонижающее и противовоспалительное действие. Тем не менее широкую известность и даже славу аналгин приобрел как препарат против множества видов боли.



Ибупрофен

- Один из самых безопасных НПВП, который отличается жаропонижающими и болеутоляющими свойствами. Безопасность Ибупрофена подчеркивает тот факт, что лекарство разрешено для обезболивания и снижения температуры даже у новорожденных и грудных детей. Препарат выпускается в таблетках, сиропах, свечах, а также в местных формах (мазях и гелях) для обезболивания суставов и мышц..



Аспирин

- Несмотря на определенную анальгетическую активность, Аспирин для обезболивания применяют не так часто. Это связано с агрессивностью высоких доз ацетилсалициловой кислоты — действующего вещества Аспирина — по отношению к слизистой пищеварительного тракта. Тем не менее компания Байер выпускает шипучую и таблетированную форму Аспирина, предназначенную для обезболивания и снижения повышенной температуры тела.



Дротаверин

- Самый популярный миотропный спазмолитик. Он отличается выраженным спазмолитическим эффектом и высокой безопасностью. Дротаверин применяют в качестве обезболивающего средства при различных заболеваниях, сопровождающихся спазмом гладкомышечных органов, в том числе при:
 - хроническом гастродуодените;
 - язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки;
 - хроническом холецистите (воспалении желчного пузыря);
 - дискинезии желчевыводящих путей;
 - дискинезии кишечника;
 - кишечной колике;
 - колите;
 - метеоризме;
 - почечной колике;



Нурофен

Препарат применяют при среднем и легком болевом синдроме. Активный компонент, ибупрофен, тормозит синтез простагладидов. Препарат содержит в небольших количествах кодеин – наркотическое вещество, которое действует на рецепторы ЦНС и оказывает болеутоляющий эффект. К тому же лекарство снимает жар, воспаления, кашлевой синдром. Показания: боль различного генеза (зубная, ревматическая, головная и др.), мигрень, миалгия, лихорадочное состояние при ОРВИ, грипп и пр. Выпускается в таблетках, свечах, суспензиях и в виде геля.



Головная боль



Причины:

- Эмоциональная напряженность
- Травмы (сотрясение мозга)
- Физическая нагрузка
- Как симптом при других заболеваниях (тепловой удар, интоксикация, простудные заболевания)
- Изменение атмосферного давления



Головная боль

Проявления:

- Боль различной продолжительности, интенсивности, локализации
- Зрительные явления (палочки, точки)
- Тошнота, рвота



Головная боль

Что делать?

- Постараться выяснить время возникновения, соотнести с деятельностью, погодными условиями и особенностями организма, чтобы установить причину болей.
- Устранение причины (смена деятельности, переход в прохладное место, лечение основного заболевания)
- Дать таблетку обезболивающего



Медикаменты

Боль пройдет в случае:

- Снятия спазма (**Дротаверин = Но-шпа**)
- Блокирования болевого импульса и снятия местного воспаления (**ибупрофен = нурофен, найз, кеторол**)
- Нормализации давления (кофе, чай, **цитрамон**)



Эпидемический процесс - процесс взаимодействия возбудителя-паразита и организма человека на популяционном уровне, проявляющийся при определенных социальных и природных условиях единичными или множественными заболеваниями, а также бессимптомными формами инфекции.



(Тропность к тканям)

Симптомы и лечение основных заболеваний горла

- **Вирусные**

К вирусным заболеваниям, вызывающим боль в горле, относятся грипп и ОРВИ, а также корь и ветряная оспа. При этих заболеваниях очень часто воспалительный процесс распространяется на горло, проявляясь першением и болью.

Все вирусные заболевания горла имеют схожие черты. При вирусном поражении боль в горле сопровождается упадком сил, головной болью и общей слабостью, температура может повыситься, но незначительно. При гриппе и ОРВИ человек страдает от сильного насморка и кашля.

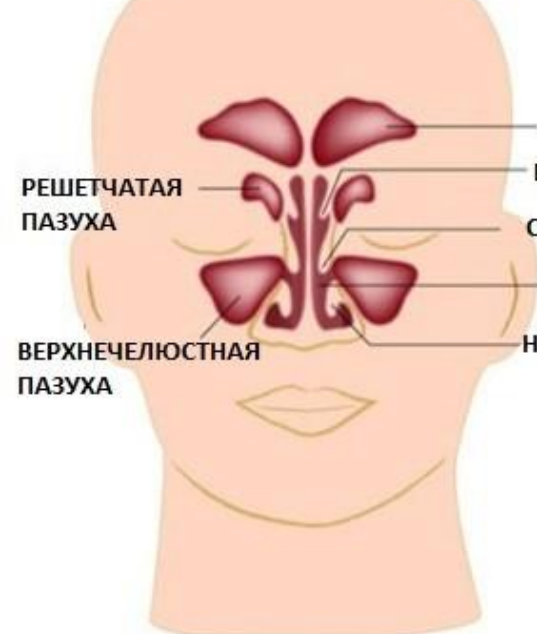


- ***Бактериальные***

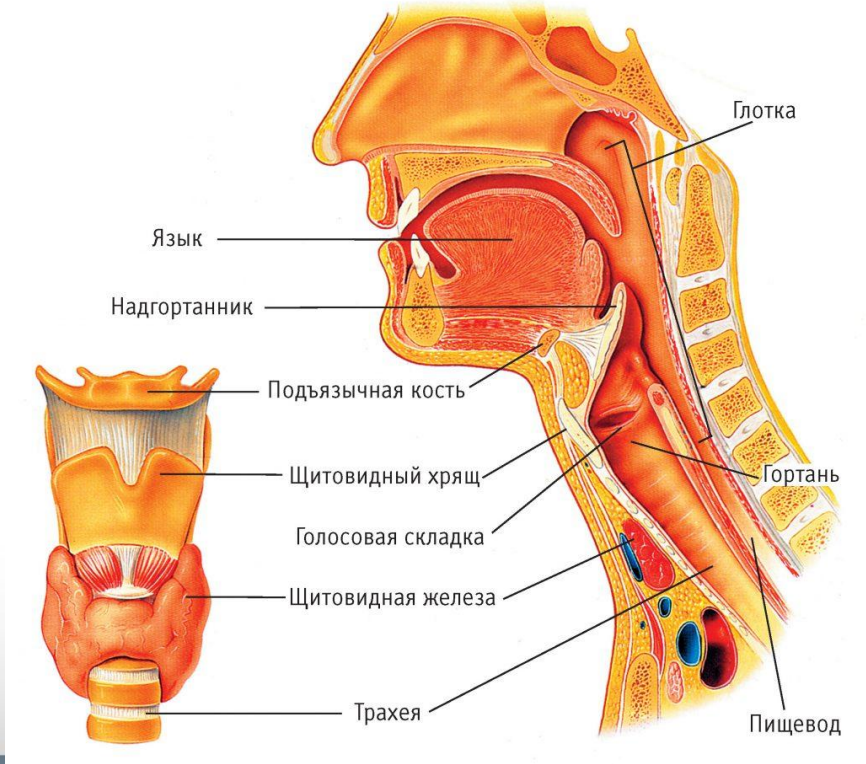
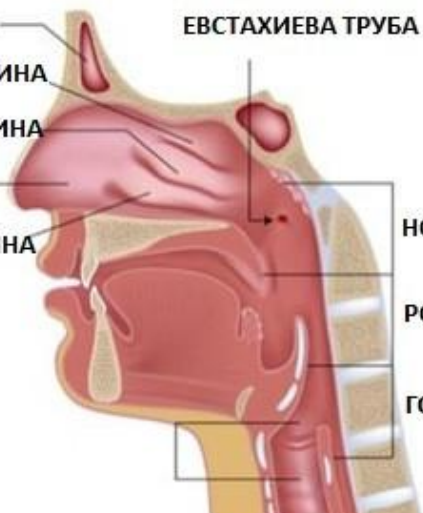
Самое распространенное бактериальное заболевание — банальная ангина. Чаще всего возбудителем ангины становится стрептококк, но иногда ее вызывают хламидии, микоплазма, гонококк или туберкулезная палочка.

Общие симптомы бактериальных заболеваний горла — слабость, боль и першение в горле, отечность гортани и миндалин и высокая температура — до 40 0С.





ЛОБНАЯ ПАЗУХА
 ВЕРХНЯЯ НОСОВАЯ РАКОВИНА
 СРЕДНЯЯ НОСОВАЯ РАКОВИНА
 НОСОВАЯ ПЕРЕГОРОДКА
 НИЖНЯЯ НОСОВАЯ РАКОВИНА



Ангина (Тонзиллит)

Представляет собой воспаление ротоглотки и, в частности, небных миндалин. Другое название ангины это тонзиллит. Под таким наименованием болезнь более известна.



Лечение:

- Режим
- Диета
- противовоспалительных нестероидного происхождения (При повышении температуры выше 38,0°C, Ибупрофен, парацетомол)
- анальгетиков (Стрепсилс интерсив)
- санация(очищение) ротоглотки(«Мирамистин», «Хлоргексидин», «Фурацилин», «Гексорал»);
- аэрация помещения(Проветривание);
- гигиенические мероприятия(Влажная уборка помещения).



Фарингит

Воспалительное поражение ротоглотки.



- **Симптомы включают в себя:**
- Интенсивный болевой синдром жгучего, колющего характера. Локализован в глотке и в области мягкого неба. При длительном течении патологии возможен разлитой характер дискомфорта. Усиливается неприятное ощущение при разговоре, употреблении пищи, воды, дыхании.
- Неприятный запах изо рта. Обусловлен жизнедеятельностью патогенных микроорганизмов.
- Изменение характера голоса. Развивается невозможность нормально говорить (сиплость, слабость, гнусавость голоса), полная утрата способности к речи.
- Повышение температуры тела.
- Головная боль и симптомы общей интоксикации.
- Кашель с выделением *небольшого* количества мокроты.
- Першение в горле.



Лечение:

- Препараты с местноанестезирующим и анальгезирующим действием для местного применения Фалиминт Стрепсилс Лизобакт Табс Септолете
 - Антисептики-Гексорал(спрей), Фарингосепт(Таблетки)
 - -Полоскание горла (Растворы Фурацилина, Мирамистин, Хлоргексидин или Хлорофилипта.
- Снять воспалительный процесс и уменьшить боль помогут спреи: Ингалипт Гексорал Каметон Орасепт Тантум Верде



Ларингит

Ларингит – это воспаление слизистых оболочек гортани.

Характерные проявления:

- Боли в области глотки и шеи. Определить точную локализацию дискомфортных ощущений невозможно. Ощущения разлитые, что обуславливает сложности в формулировании жалоб.
- Кашель. Визитная карточка ларингита, это интенсивный лающий рефлекс. Не снимается классическими препаратами. *Мокрота не выделяется*, что характерно именно для этого заболевания.



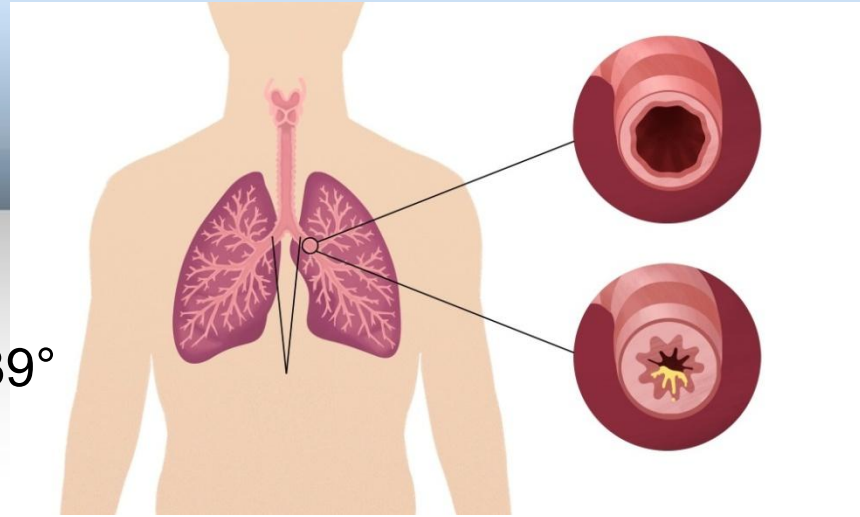
Лечение

- Полоскать горло нужно минимум 6 раз в день, по возможности , через каждый час. Для полоскания пользуются фурацилином, в разведении 1:5000 либо щелочными растворами.
- Из рациона исключают раздражающую пищу (горячую, холодную, кислую, острую, соленую). Рекомендуется обильное питье до 1.5-2 литров в сутки. Курение следует прекратить.
- Применяются комбинированные препараты на основе растительных масел с добавлением антисептиков в виде спреев (ингалипта, ангилекса, и др.), которые нужно регулярно наносить на воспаленную слизистую оболочку полости глотки не менее чем 3-4 раз в день.
- Таблетки для рассасывания, содержащие сульфаниламиды (септифрил, фарингосепт).
- При вирусной инфекции не рекомендуется прием антибиотиков, они назначаются врачом только тогда, когда выявлен бактериальный или грибковый возбудитель.



Бронхит-воспаление слизистой оболочки бронхов

- Заболевание обычно начинается остро, как осложнение ОРВИ, с подъема температуры до фебрильных цифр (38-39° С), слабости, разбитости, утомляемости.
- Больного беспокоит повышенная потливость, и, конечно, кашель (более 3х недель!)
- В начале заболевания кашель сухой «лающий» и очень утомляет пациента.
- Вскоре начинает *отделяться мокрота*, и кашель становится влажным. В тяжелых случаях возникает одышка.



Немедикаментозное лечение

- Для уменьшения интоксикационного синдрома и облегчения выделения мокроты – поддержание адекватной гидратации (обильное питье до 2-3 л воды, морсов в сутки);
- Прекращение курения;
- Устранение воздействия на больного факторов окружающей среды, вызывающих кашель (дыма, пыли, резких запахов, холодного воздуха).

- При наличии вязкой мокроты показаны мукоактивные препараты (амброксол, бизолвон, ацетилцистеин);
- возможно назначение препаратов рефлекторного действия, экспекторантов (обычно, отхаркивающие травы) внутрь.

При сохранении затяжного кашля возможно применение противовоспалительных нестероидных препаратов (фенспирид, эреспал)



Лечение кашля

Сухой кашель

- Сиропы (Синекод, Омнитус – блокируют приступы кашля)
- Спреи (лучше с ХГ)
- Полоскания (**ХГ, Сода + соль, Ротокан**)
- Пастилки (**Фарингосепт, Септолете, Шалфей, Холс**)
- Таблетки (**от кашля, мукалтин**)
- **НОГИ и ГОРЛО В ТЕПЛЕ!!!**



Лечение кашля

Мокрый кашель

- Сиропы или таблетки отхаркивающие (**Амбробене, АЦЦ, Бромгексин**) – использовать что-то одно!
- СУПЕРобильное питье
- Греем ноги



Насморк

Что делать?

- Лечить основное заболевание
- Укреплять иммунитет
- Одеваться тепло
- Устранять неприятное шмыганье



Если шмыгает носом, то...

1. Если отделяемое из носа прозрачное, желтоватого цвета сосудосуживающие капли(с ксилометазолином) (не более 3-4 раз в день!)
2. Если Общее недомогание, температура, отделяемое крайне густое и зеленовато-желтого цвета, то капли с антибиотиком(Изофра), лечение основного заболевания!



Глаза. Ситуация «попало что-то в глаз»

Что делать?

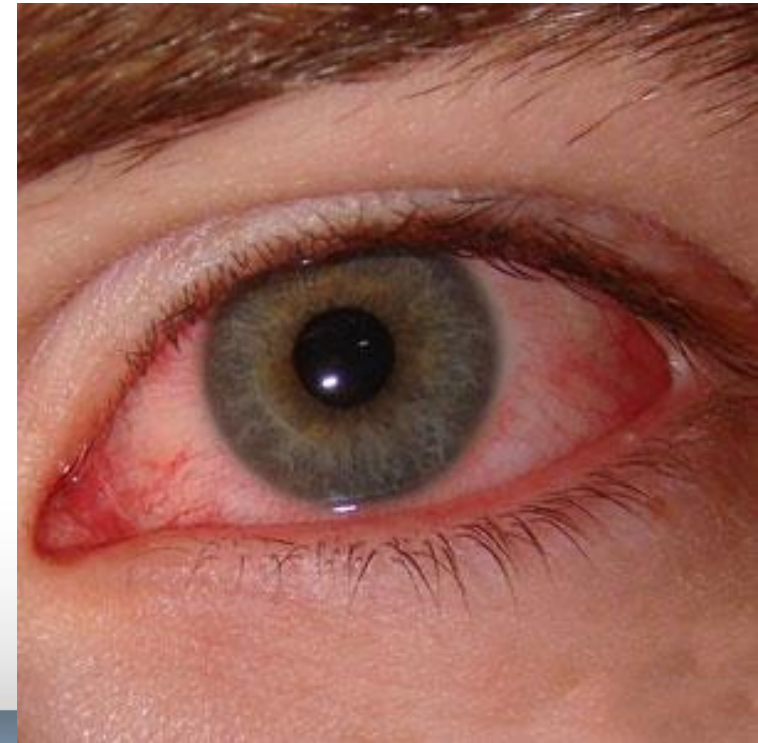
- Промыть теплой чистой водой
- Дать пострадавшему проплакаться
- Не лезть ГРЯЗНЫМИ руками!
- По 1-2 капельки ТЕПЛОГО раствора **сульфацила натрия** в каждый глаз



Конъюнктивит

Проявления:

- Покраснение глаза
- Слезотечение
- Жжение в глазу
- Гнойное отделяемое
и сцепление гноем
ресниц утром



КОНЬЮКТИВИТ

Что делать?

- Строгое соблюдение правил личной гигиены (может заразить весь отряд)
- Отваром ромашки\календулы\хлоргексидином обрабатываем утром ресницы
- Капаем **Сульфацил Натрия**
ТЕПЛЫЙ!!!



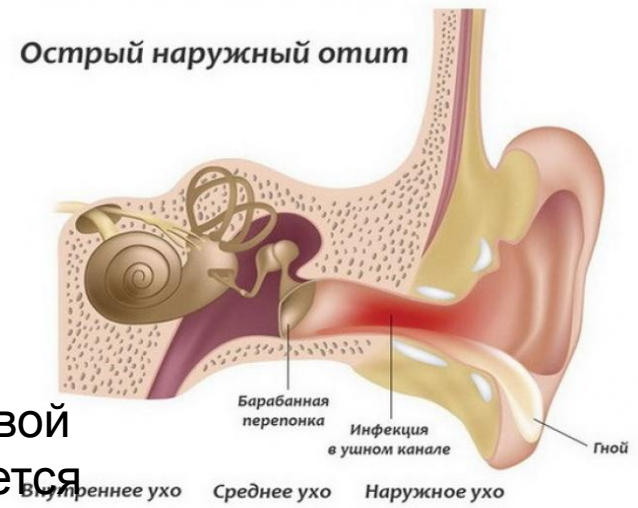
Наружный отит

– это воспалительное заболевание, при котором поражается ушная раковина и наружный слуховой проход. При данной патологии боль в ухе является ведущим симптомом. Для наружного отита характерна следующая клиническая картина:

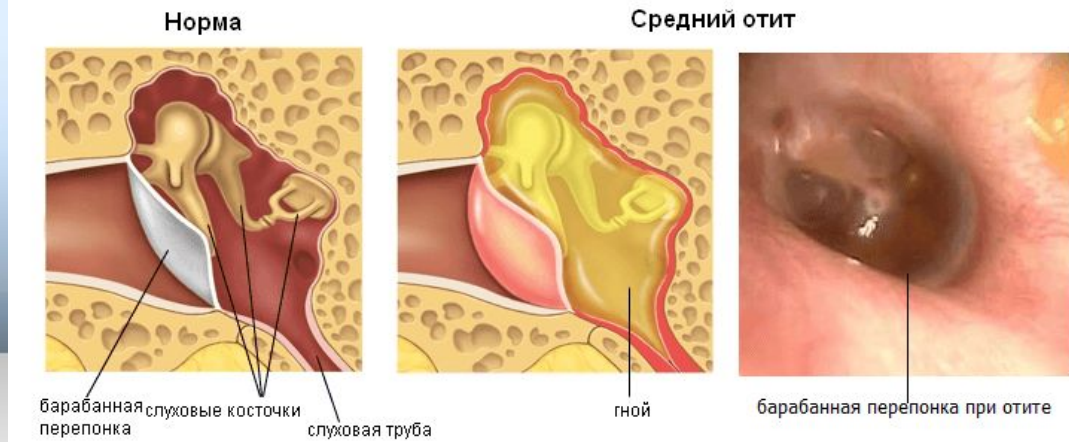
Болевые ощущения могут быть выражены в разной степени: иногда они незначительны, а иногда отмечается очень сильная боль в ухе, которая мешает спать, работать и заниматься другими делами. Обычно болевой синдром продолжается в течение нескольких дней, а потом начинает самостоятельно стихать.

Боль сопровождается временной потерей слуха. Возникают другие неприятные ощущения в ушах: чувство заложенности, шум, зуд, звон.

Так как наружный отит является воспалительным заболеванием, при нем боль в ухе часто сочетается с повышением температуры тела. Покраснение кожи в области ушной раковины



Средний отит



- Средний отит – это воспалительное заболевание среднего уха, которое отделено от наружного барабанной перепонкой. Следовательно, данная патология является более серьезной, чем наружный отит, хотя их и не всегда получается отличить друг от друга.
- Средний отит практически всегда сопровождается сильной болью в ухе.
- Она значительно усиливается во время жевания и глотания, в результате чего пациент может отказываться от приема пищи.
- Также значительное усиление болевого синдрома отмечается при нажатии на ушную раковину и потягивании за ухо. Чтобы уменьшить боль, пациент ложится на бок, соответствующий больному уху.



Лечение

- При возникновении боли в ушах и других симптомов отита лучше сразу же обратиться к отоларингологу. До посещения врача помощь при боли в ухе может заключаться в следующих мероприятиях:
- закапать в нос капли, которые облегчают дыхание (с оксиметазолином);
- закапать в пораженное ухо три капли 1% раствора диоксидина;
- принять однократно жаропонижающее.



Желудок

Причины болей:

- Отравление
- Несварение
- Воспаление стенки (гастрит)
- Продолжительный голод
- Спазм



Отравление – острое заболевание, обычно сопровождающиеся расстройством пищеварения.

Причина (чаще) – попадания в пищу микроорганизмов, чаще бактерий.



Отравление

Чаще признаки появляются через несколько часов после приема пищи, а то и через сутки:

- Понос (жидкий стул);
- Сильная тошнота;
- Многократная рвота;
- Недомогание, слабость, возможно повышение температуры;
- Спазмические боли в верхней трети живота



Отравление

Что делать?

- Промывание желудка (если прошло не более 3 часов), если прошло более 3х часов – **активированный уголь** (1 таблетка на 10 кг массы тела) и **ОБИЛЬНОЕ** питье;
- Обильное соленое питье;
- Диета;
- Прием сорбентов (**активированный уголь, смекта**), пищеварительных ферментов (**панзинорм, мезим, панкреатин**)
- При многократной рвоте (**церукал**)



Отравление

Если диарея:

1. **Лоперамид = лопедиум** (бюджетный вариант), **иммодиум** (дорогой вариант)

Принимается по 1 таблетке после каждого жидкого стула



Отравление

Если диарея и плюс температура:

1. **Линекс, Бифиформ** (полезные микробы);
2. Диета! (рис, сухарики, чай)
3. Обильное питье.



Несварение - нарушение пищеварительных процессов и усвоения пищи.

Проявления:

- Дискомфорт или болевые ощущения в желудке.
- Изжога/отрыжка/тошнота.
- Вздутие живота, связанное с излишним газообразованием.



Несварение. Причины

- Спешный прием пищи. При этом не успевают выделяться пищевые соки. Еда не тщательно пережевывается и плохо перемешивается с ферментами слюны.
- Переедание.
- Употребление некоторых напитков. Содержащиеся в газировке сахар и углекислота влияют на развитие вздутия живота. Кофеин и алкоголь способствуют повышению кислотности в желудке, раздражению воспаленных участков;
- Заболевания органов пищеварения, в том числе нарушения образования ферментов;



Несварение. Причины

- Физические нагрузки непосредственно после приема пищи. Это способствует перемещению крови от пищеварительного тракта к мышцам.
- Стрессовые ситуации. Нарушают пищеварение, так как связаны с выделением перераспределяющих кровотоки от органов пищеварения к мышечной ткани гормонов. Помимо этого, негативные переживания способствуют проглатыванию воздуха во время приема еды.
- Прием нестероидных противовоспалительных препаратов (НПВС)



Несварение

Лечение:

1. Устранение раздражающего фактора (по возможности);
2. Прием ферментативных препаратов (**Панзинорм, Мезим, Панкреатин**)



Пищеварительные ферменты

1. **Панзинорм** = панкреатин (липаза + амилаза + протеаза)

Выпуск по 10.000 Ед и 20.000 Ед (около 200 руб)

2. **Мезим** = панкреатин (липаза + амилаза + протеаза) 3.500 ЕД (около 100 руб)

3. **Панкреатин** (липаза + амилаза + протеаза)

1500 ЕД (30 руб)



Гастрит. Причины

- употребление в пищу острых, жирных, горячих, а также слишком холодных пищевых продуктов;
- переедание после длительного перерыва между приемами пищи;
- пищевые аллергии (ссылка на пищевые аллергии);
- злоупотребление алкогольными напитками;
- курение;
- длительный прием ряда лекарственных препаратов;
- нарушение обмена веществ;
- острые или хронические болезни органов внутренней секреции инфекционного характера.



Гастрит

Проявления:

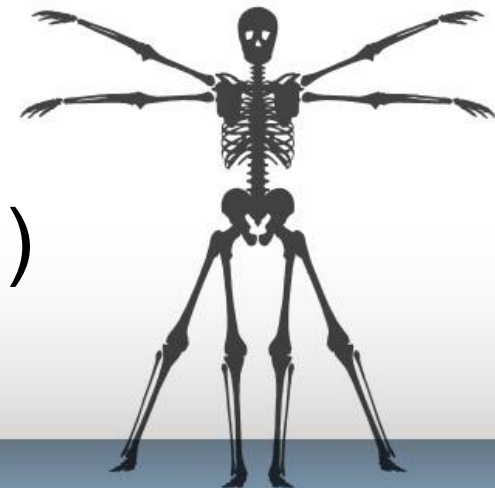
1. Боль при голодном желудке или при приеме пищи;
2. Отрыжка;
3. Тошнота.



Гастрит

Лечение:

1. Диета!
2. Дробное питание (каждые 3-4 часа);
3. Угнетение выработки соляной кислоты (**Омес, Омепразол, Ранитидин**). Курс около 2х недель.
4. Помощь в переваривании (пищеварительные ферменты)



Изжога

Лечение:

1. Нейтрализация избыточной кислоты
(**Ренни, Гастал, Гевискон**)
2. Нейтрализация кислоты и
обволакивающее действие
(**Альмагель**)



Ситуация «Боли в правом боку при физической нагрузке сразу после еды»

Причина: Защемление
желчевыводящего протока.

Лечение: Снизить темп
работы и после еды нужно
сесть и отдохнуть!



Ситуация «Боли после приема пищи»

Причины:

1. Переедание;
2. Заболевания органов, вырабатывающих пищеварительные ферменты;
3. Недостаток ферментов



Ситуация «Боли после приема пищи»

Лечение:

1. Прием ферментативных препаратов во время или после еды;
2. Диета.



Диарея

1. **Лоперамид = лопедиум** (бюджетный вариант), **иммодиум** (дорогой вариант)
Принимается по 1 таблетке после каждого жидкого стула
2. Ферменты
3. Диета



Запор

Лечение:

1. Физическая активность;
2. Обильное питье;
3. Кефир, ряженка, снежок;
4. Любой слабительный препарат



Почечные колики

Причины:

1. Спазм мочеточников;
2. Воспалительные заболевания почек;
3. Камни в почках;
4. Подъем чрезмерных тяжестей



Почечные колики

Лечение:

1. Прием теплой ванны\душа;
2. Спазмолитики (**Дротаверин=Но-шпа**)
3. Обезболивание (**Ибупрофен, Нурофен, Кеторол, Найз**)

Мазями не греем! Идем к врачу!!!



ЦИСТИТ

Цистит — воспаление мочевого пузыря.

Причины:

1. Хронические заболевания почек;
2. Переохлаждение;
3. Инфекция



ЦИСТИТ

Лечение:

1. Монурал (1 пакет однократно) перед сном;
2. НПВС (**Нурофен, Нимесил**);
3. К врачу!



СПАСИБО!

