

**Травмой называют повреждение целостности тканей и нарушение функций организма человека, вызванные воздействием на него факторов внешней среды (механических, тепловых, холодových, химических, радиационных).**

**Травмы делят на закрытые повреждения и открытые повреждения (раны, сопровождаемые кровотечениями).**

**Закрытые травмы возникают при механическом повреждении мягких тканей и внутренних органов без нарушения целостности кожных покровов. К ним относят ушибы, растяжения, разрывы, вывихи, переломы, сдавления.**



# Ушибы

При ударе твёрдым тупым предметом или падении на твёрдую поверхность возникают повреждения тканей и органов тела без нарушения целостности наружных покровов. Такие травмы называют ушибами. Сильные ушибы могут сопровождаться разрывами сосудов, травмированием мышц и внутренних органов.

Признаками ушиба являются боль, усиливающаяся при движении, припухлость тканей (отёк), кровоподтёк, нарушение функций (например, при сильном ушибе ноги невозможно бегать, прыгать, ушибленной рукой трудно что-то поднимать и передвигать)





# Первая помощь при ушибе

- На место ушиба сразу же надо положить пузырь со льдом или целлофановый пакет с холодной водой или льдом. Лёд заменять по мере его таяния.
- Если симптомы не проходят нужно обязательно обратиться к врачу-травматологу, поскольку возможны



# Растяжения

Механическое воздействие на мягкие ткани не очень большой силы может вызвать растяжение связок и повреждение кровеносных сосудов. Чаще всего такие травмы бывают на верхней и нижней конечностях — в плечевом и голеностопном суставах, при внезапном и резком движении. Например, при подвёртывании конечности (стопы, голени, предплечья, кисти).

Признаки растяжения:

Боль при малейшем движении, ограничение подвижности, припухлость (отёк), которая быстро увеличивается в размере, незначительный кровоподтёк, превращающийся потом в синяк.





# Первая помощь при растяжении

- Наложить достаточно тугую повязку на сустав и обеспечить повреждённой конечности покой.
- На повреждённое место, поверх ткани, положить холод (пузырь со льдом или целлофановый пакет с холодной водой).
- Для уменьшения отёка мягких тканей конечности необходимо придать приподнятое положение.
- Если в течение небольшого промежутка времени боль не уменьшается, а отёк нарастает, необходимо обратиться к врачу-травматологу.



# Разрывы

Быстрое механическое воздействие на мягкие ткани с большой силой может вызвать разрывы связок, мышц, сухожилий, сосудов и нервов. Наиболее часто наблюдаются разрывы связок и мышц на руках (запястье, плечо) и ногах (колени, стопа).

**Признаки разрыва связок:**

Пострадавший испытывает резкую боль, не может согнуть или разогнуть руку или ногу. Повреждённый сустав быстро увеличивается в размере (опухает).

Помимо связок разрывам подвергаются и мышцы в области сустава.

**Признаки разрыва мышц:**

Пострадавший испытывает внезапную боль в месте разрыва. На коже появляется видимое на глаз западение (вмятинка), ниже которого заметно выпячивание. Появляется припухлость. Изменяется цвет кожи (она становится синей).



# **Первая помощь при разрывах СВЯЗОК И МЫШЦ**

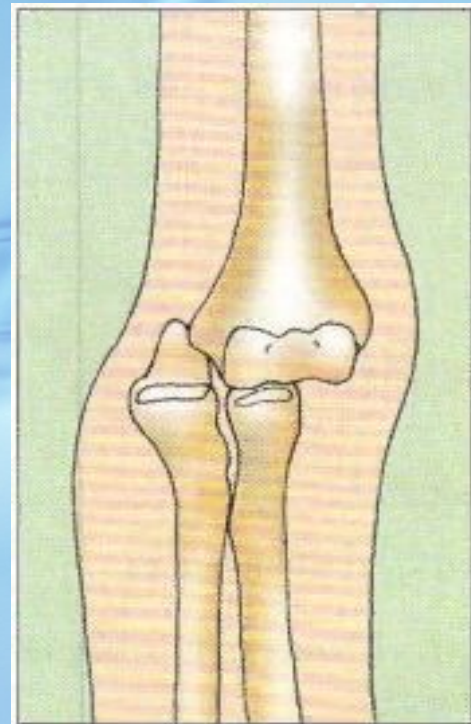
- **На место повреждения положить холод.**
- **Наложить достаточно тугую повязку, чтобы обеспечить покой повреждённой конечности.**
- **Дать пострадавшему одну таблетку анальгина или другого обезболивающего лекарства.**
- **Придать конечности возвышенное положение для уменьшения отёка.**
- **После этого следует незамедлительно обратиться к врачу.**

# Вывихи

Вывихом называют смещение костей относительно друг друга в области сустава. Как правило, вывих возникает при сильном механическом воздействии на конечность. Наиболее часто можно наблюдать вывих плечевого сустава.

Признаки вывиха:

Заметны изменение формы сустава, необычное положение конечности, изменение её длины. Пострадавший испытывает боль в суставе, невозможность движения в нём.





# Первая помощь при вывихе

- Обеспечить поврежденной конечности полный покой. Если возможно прибинтовать конечность к телу пострадавшего или использовать косынку.
- Для уменьшения боли пострадавшему однократно дать обезболивающее средство.



■ НЕ ПЫТАТЬСЯ ВЫВИХИТЬ

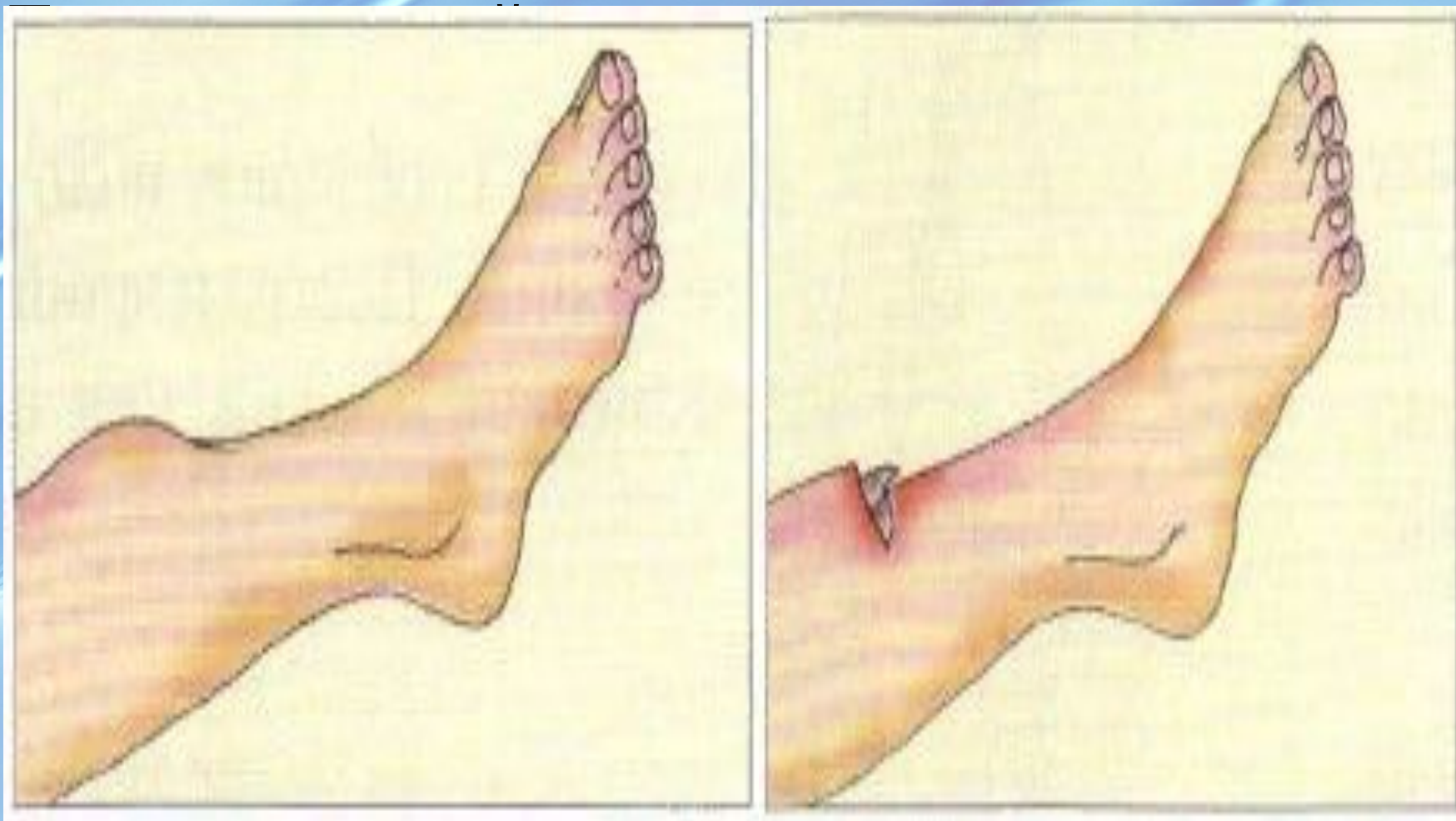
■ Немедленно обратиться к врачу-травматологу. Если врач не сразу окажется на месте, обратиться к квалифицированную медицинскую помощь.

# Переломы

Переломы — это повреждения целостности костей. Они могут произойти из-за механического воздействия тупого предмета или падения человека на твёрдую поверхность. Переломы бывают закрытыми и открытыми. Отличие между ними в том, что в одном случае костные отломки выходят наружу через повреждённую кожу (открытый перелом), а в другом они находятся внутри мягких тканей (закрытый перелом). Нередко отломки повреждённой кости смещаются относительно друг друга. Встречаются также переломы-трещины, при которых целостность кости не нарушена. Переломы чаще встречаются у детей и подростков.



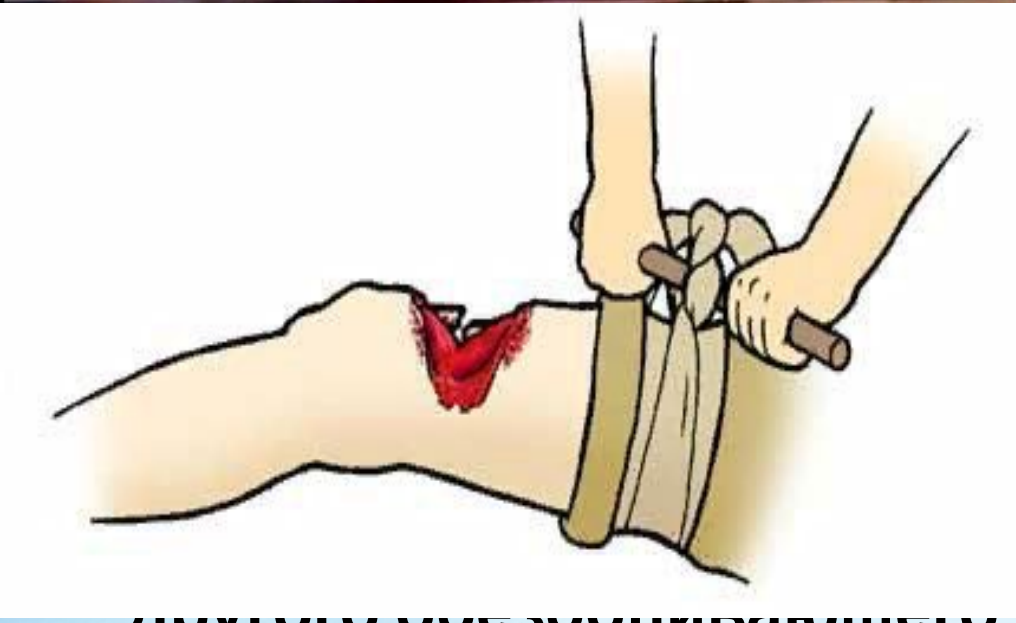
# Признаки перелома кости



необычном месте.







# Сдавления



кожа приобретает синюшную окраску.



# Первая помощь при сдавлении



пострадавшего в больницу.

**Спасибо  
за  
внимание!**