



Оказание первой ПОМОЩИ

Приказ Минздравсоцразвития России
№ 477н от 04.05.2012



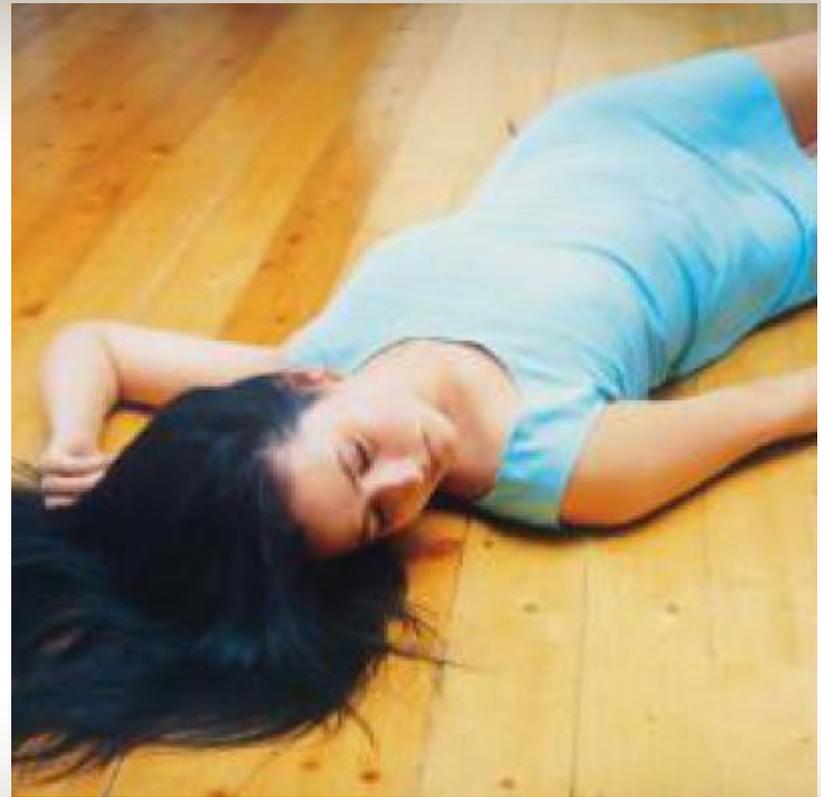
**Об утверждении перечня состояний,
при которых оказывается первая
помощь, и перечня мероприятий по
оказанию первой помощи.**

Зарегистрирован в Минюсте РФ 16 мая 2012 г.
Регистрационный номер 24183

Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь



1. Отсутствие сознания.



Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь



2. Остановка дыхания и кровообращения.



Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь



3. Наружные кровотечения.



Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь



4. Инородные тела верхних дыхательных путей.



Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь



5. Травмы различных областей тела.



Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь



6. Ожоги, эффекты воздействия высоких температур, теплового излучения



Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь



7. Отморожение и другие эффекты воздействия низких температур.



Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь



8. Отравления.





В соответствии с частью 1 статьи 31 Федерального закона от 21 ноября 2011 г. № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» первая помощь до оказания медицинской помощи оказывается гражданам при несчастных случаях, травмах, отравлениях и других состояниях и заболеваниях, угрожающих их жизни и здоровью, лицами, обязанными оказывать первую помощь в соответствии с федеральным законом или со специальным правилом и имеющими соответствующую подготовку, в том числе сотрудниками органов внутренних дел Российской Федерации, сотрудниками, военнослужащими и работниками Государственной противопожарной службы, спасателями аварийно-спасательных формирований и аварийно-спасательных служб. В соответствии с частью 4 статьи 31 Федерального закона от 21 ноября 2011 г. № 323-ФЗ водители транспортных средств и другие лица вправе оказывать первую помощь при наличии соответствующей подготовки и (или) навыков.



**Оказание первой помощи
при ушибах,
вывихах суставов и
переломах костей.**

Повреждения костей и суставов является распространенным видом травм.

Травма – это повреждение органа или ткани в результате внешнего воздействия



Виды механических травм



Ушибы



Вывихи



Растяжения



Сдавление



Переломы

Ушибы – закрытое повреждение тканей и органов от удара тупым предметом

Симптомы:

1. Боль
2. Отек
3. Гематома



Оказание ПП:

1. Холод
2. Холодная вода
3. Ложка
4. Мазь

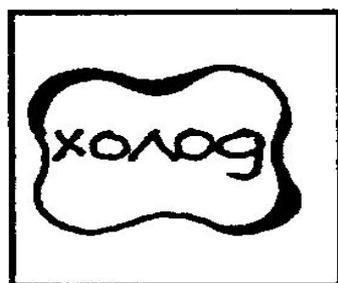


При ушибе повреждаются ткани и органы, но не нарушается их структура. Особенно страдают ткани, прилегающие во время удара к костям.

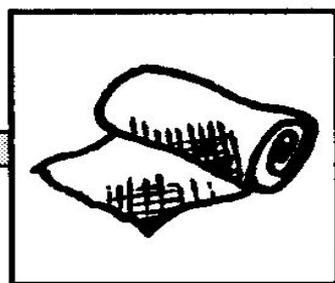
Пострадавший чувствует боль, которая возникает спустя какое-то время после травмы, происходит кровоизлияние, за несколько дней меняется цвет кожного покрова: поначалу красный, затем багровый, синий, зеленоватый, желтый. Может возникнуть припухлость, но не всегда она ярко

Схема 82

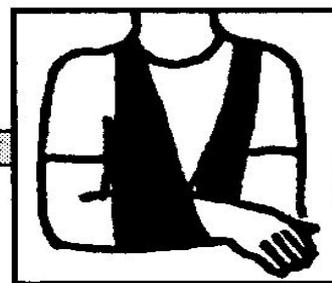
Оказание первой медицинской помощи при ушибах



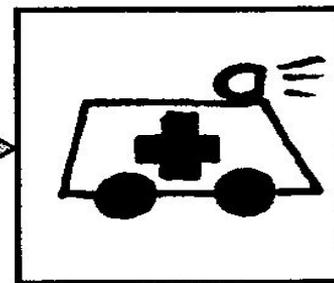
Наложить холод
на место ушиба



Наложить
на место ушиба
тугую повязку



Обеспечить покой
поврежденной
конечности



Доставить
пострадавшего
в медицинское учреждение

Первая помощь при ушибе:

- Приложите холод для уменьшения кровоизлияния (но не на голое тело). Через 20 минут уберите холод. Через час можно повторить прикладывание холода. Делайте это в течение трех суток. Учтите, что людям с сердечно-сосудистыми заболеваниями холод прикладывать нельзя. Если ушибленный орган когда-то был обморожен, то на него также не стоит класть холодное.
- Если есть ссадины, то продезинфицируйте их перекисью водорода, зеленкой или йодом. Но не обрабатывайте сам ушиб, а только ссадины.
- Наложите давящую повязку.
- Ушибленный орган должен находиться в покое. Например, ушибленную руку можно повесить на косынке, а ногу положить на подушку.
- Спустя трое суток к ушибленному месту прикладывайте теплые грелки.
- Можно наносить на ушиб специальную мазь, содержащую гепарин.

Обычно при ушибах помощь врача не требуется.



Растяжение

Растяжение - механическое воздействие на мягкие ткани не очень большой силы в виде продольной тяги. Наиболее распространенными являются растяжения мышц шеи, спины, бедра или голени.

При резких движениях суставов может возникнуть растяжение связок. В этом случае происходит повреждение (надрыв) мышц, сухожилий и нервов.

При растяжении после резкого движения в суставе возникают боль, отек и кровоизлияние, которые могут длиться от одного дня (легкое растяжение) до трех недель (тяжелое растяжение, почти разрыв связок).

Двигать травмированной конечностью при растяжении пострадавший может, хотя ему больно.

Чаще всего от растяжения страдают связки голеностопного сустава.



Растяжение связок - это повреждение сухожилий области сустава, что приводит к разрыву мышц.

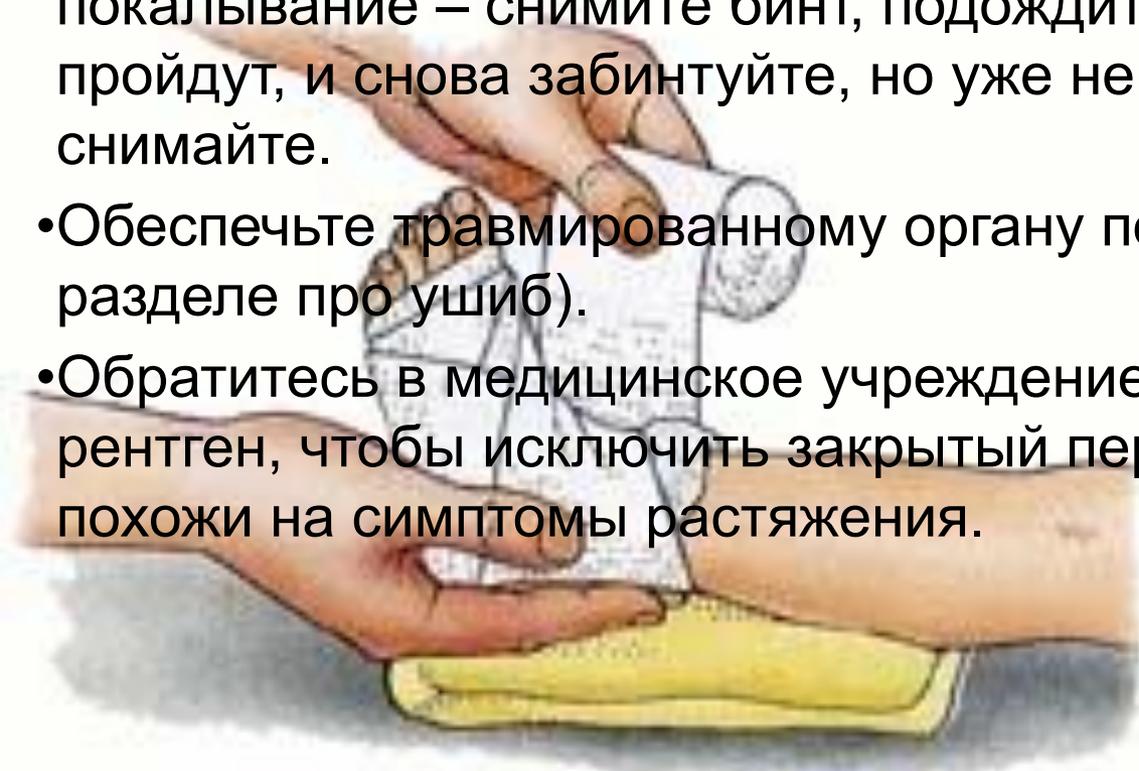


Как оказать помощь:

1. Наложение Тугой повязки
2. Приложить холод
3. Обеспечить покой

Первая помощь при растяжении:

- Как можно скорее туго забинтуйте травмированную руку или ногу. Для этой цели отлично подойдет эластичный бинт. Но не переусердствуйте – при этом нельзя нарушить кровообращение. При тугой перевязке оставляйте кончики пальцев не забинтованными: по их цвету можно определить, не слишком ли туго. Если пальцы станут бледными, онемеют, в них появится покалывание – снимите бинт, подождите, пока эти симптомы пройдут, и снова забинтуйте, но уже не так туго. На ночь повязку снимайте.
- Обеспечьте травмированному органу покой (как описывалось в разделе про ушиб).
- Обратитесь в медицинское учреждение. Там, возможно, назначат рентген, чтобы исключить закрытый перелом, симптомы которого похожи на симптомы растяжения.





Сдавление – это очень тяжелая травма конечности, при которой происходит размозжение мышц, подкожной жировой клетчатки, сосудов и нервов



извлечь пострадавшего из-под обломков



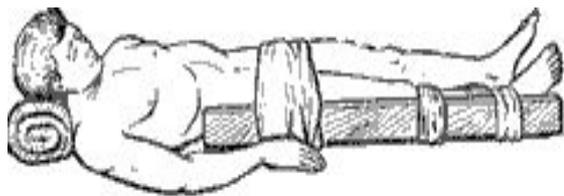
наложить жгуты к основанию конечности



обложить конечности пузырями со льдом



конечности иммобилизуют (обездвиживают) при помощи шин



Немедленно доставить в лечебное учреждение в положении лёжа





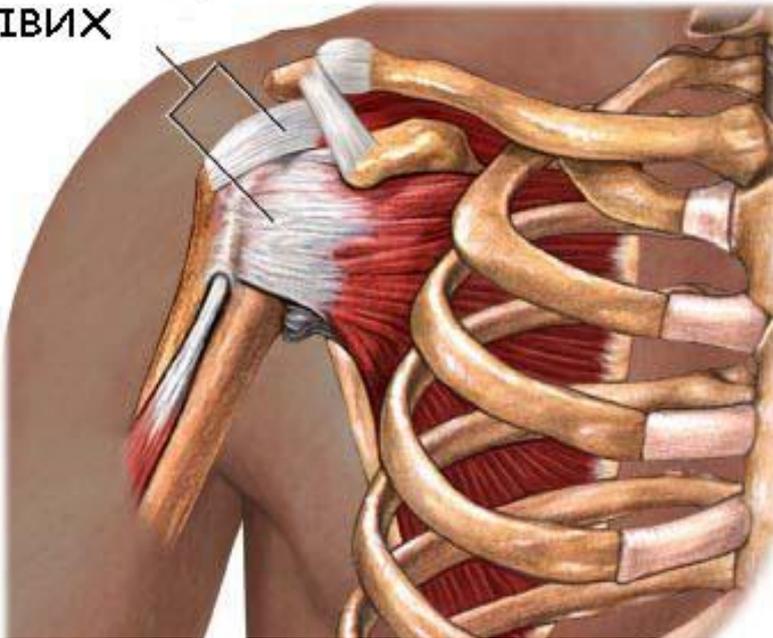
Вывих - смещение кости из обычного положения в суставе.

Симптомы вывиха:

- 1) Пострадавший ощущает сильную боль в области сустава
- 2) С трудом может двигать конечностью или она полностью неподвижна
- 3) Сустав имеет необычный вид
- 4) В области сустава имеется припухлость (по сравнению со здоровой стороной)
- 5) Пружинящая фиксация конечности при попытке придать ей физиологическое положение
- 6) Нарушение функции сустава

Вывих - головка одной кости может частично или полностью выйти из сустава.

Вывих



Вывих фаланги пальца



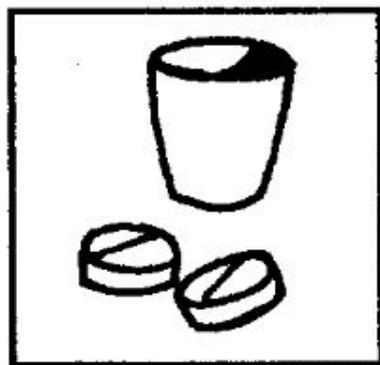
Вывих локтевого сустава



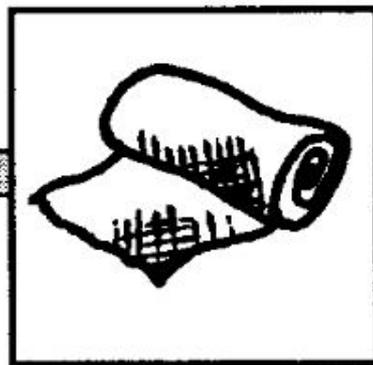
Вывих коленного сустава



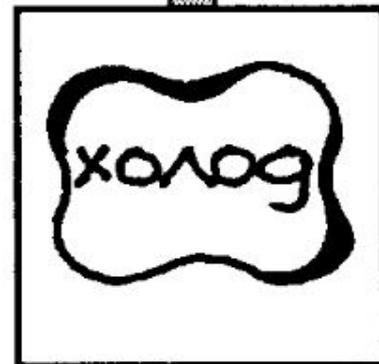
Оказание первой медицинской помощи при вывихах



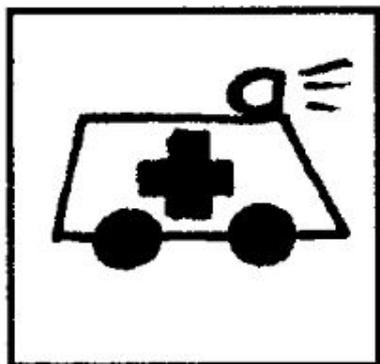
Дать пострадавшему
обезболивающее средство



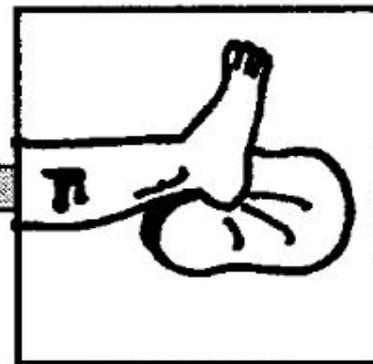
Наложить
тугую повязку



Наложить
ХОЛОД



Доставить пострадавшего
в медицинское учреждение



Обеспечить покой
поврежденной конечности

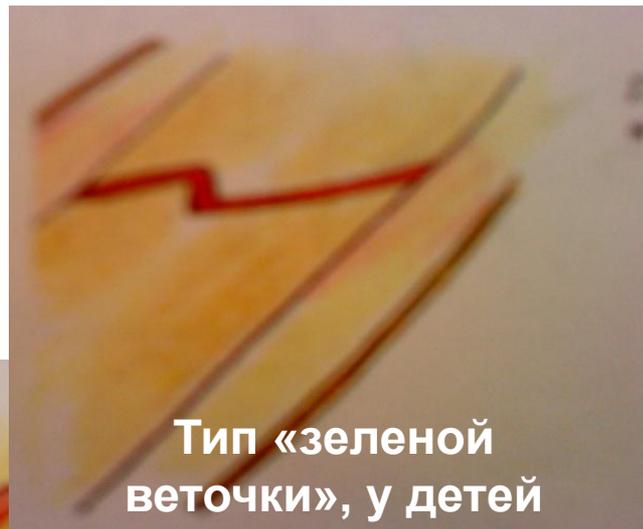
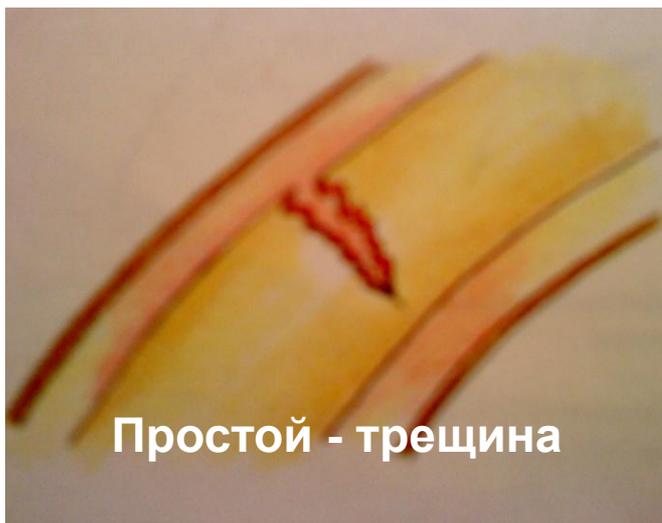
Оказание ПМП при вывихе:

- Нельзя пытаться вправлять вывих, т. к. это часто вызывает дополнительную травму.
- Не позволяйте пострадавшему двигать поврежденной конечностью.
- Чтобы предотвратить отек и уменьшить боль, приложите к поврежденному месту холод (пузырь со льдом или холодной водой).
- Если вывих сопровождается раной, на рану предварительно накладывают стерильную повязку. Нельзя применять согревающие компрессы.
- Как можно быстрее обеспечьте доставку пострадавшего к врачу, иначе ему будет труднее вправить вывих.



Перелом - это нарушение целостности костей.

**Перелом может быть в виде трещины или
полного перелома костей.**



Переломы

Открытые

Рана вызвана травмирующим фактором или костным обломком, сопровождается кровотечением

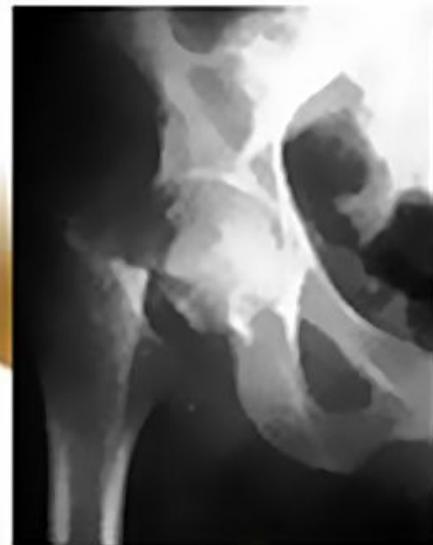


Закрытые

Кожа в зоне перелома не повреждена; припухлость в близлежащих тканях имеет местный характер



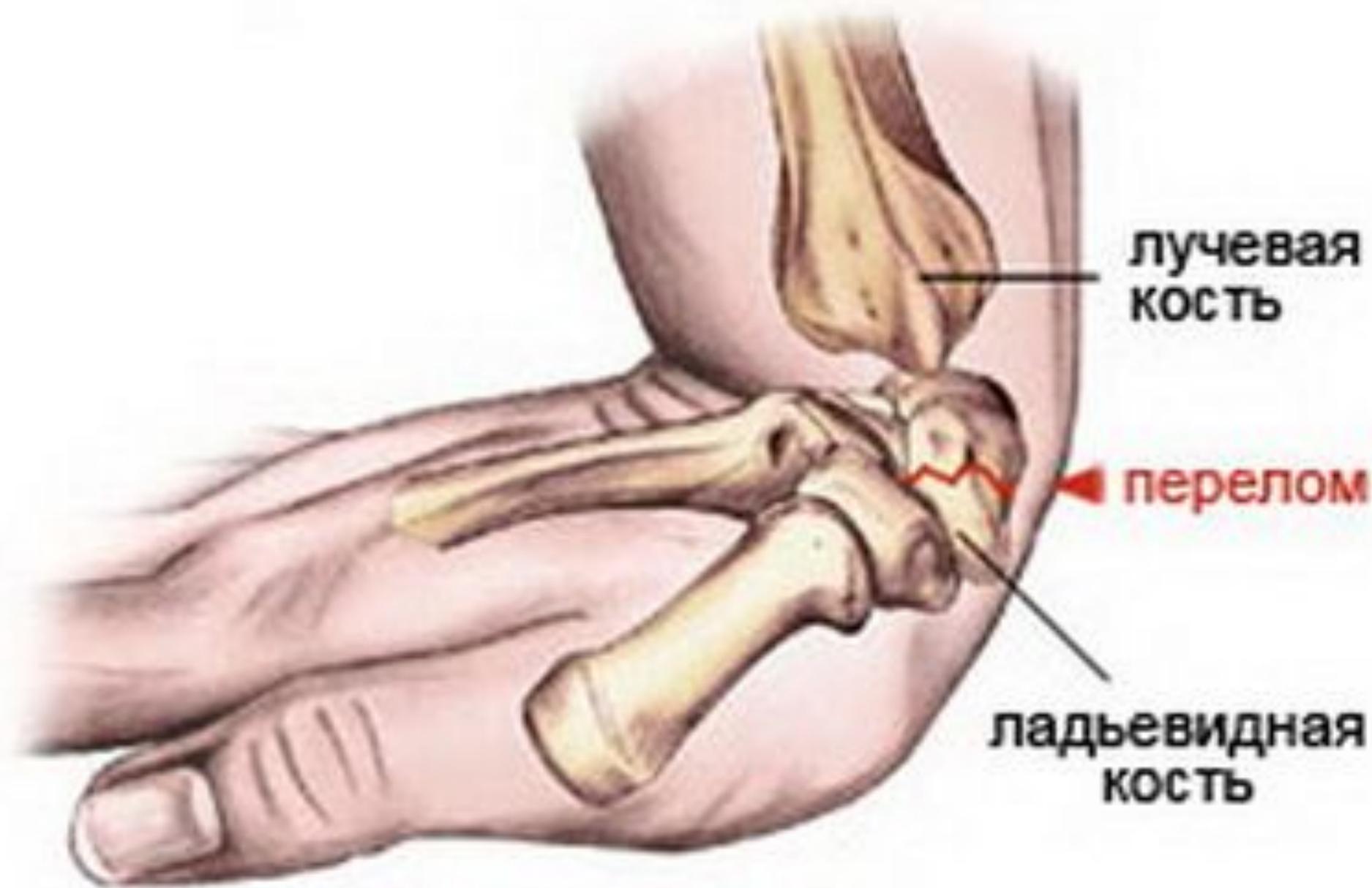
вертлужная
впадина



бедренная
кость

перелом
шейки
бедря

тазовая кость



лучевая
кость

перелом

ладьевидная
кость

Виды переломов:

По форме и направлению перелома:

□ поперечные

(перпендикулярно оси кости)

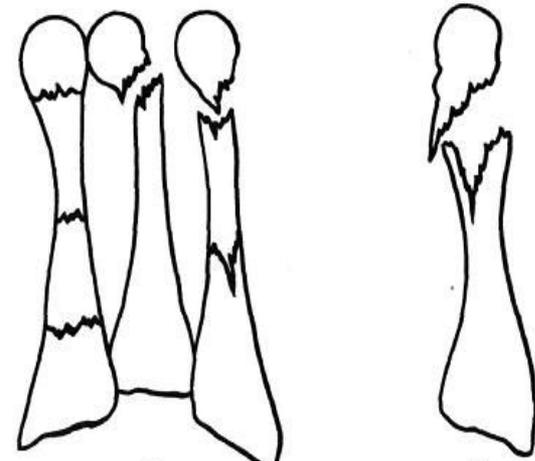
□ продольные

(параллельно оси кости)

□ **косые** (под острым углом к оси кости)

□ **винтообразные** (с вращением костных обломков)

□ **оскольчатые** (кость раздроблена на отдельные отломки)

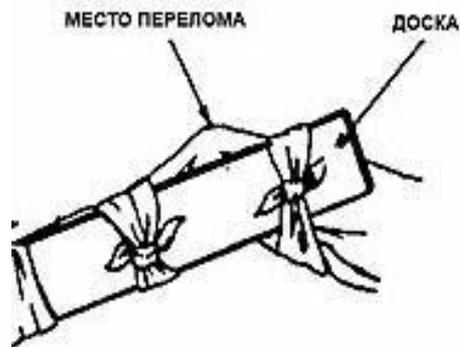
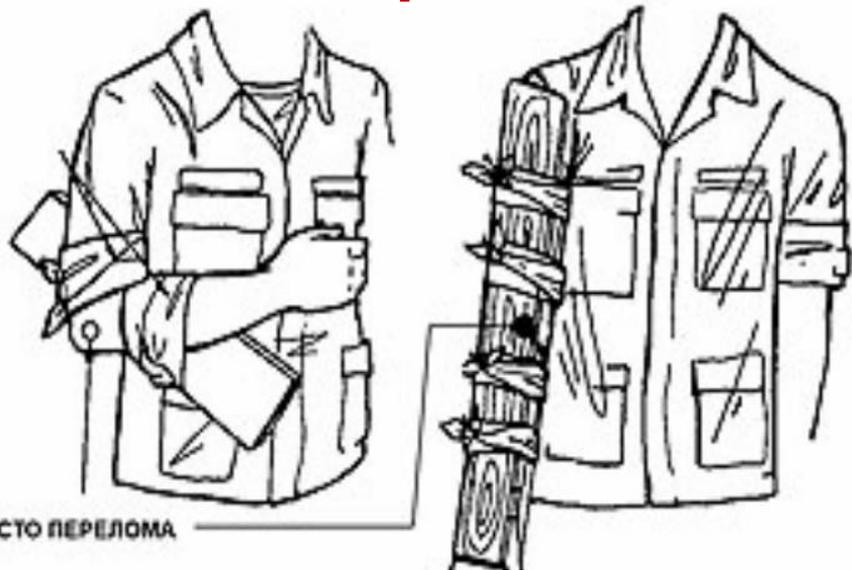


Алгоритм оказания первой помощи при переломах

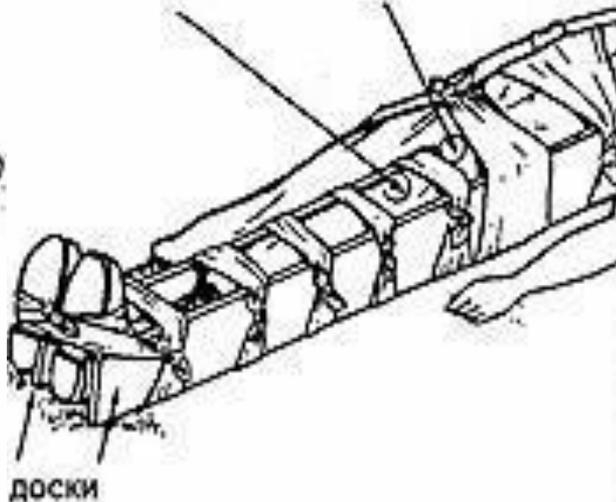
Общие задачи	Порядок мероприятий по оказанию первой помощи при закрытых переломах	Порядок мероприятий по оказанию первой помощи при открытых переломах
<ul style="list-style-type: none">✓ Оценить тяжесть состояния пострадавшего✓ Уменьшить боль с помощью обезболивающего средства✓ Определить, возможно ли перемещение пострадавшего до прибытия медицинского персонала (при травмах позвоночника передвигать больного нельзя)	<ol style="list-style-type: none">1. Обеспечить раненому покой2. Дать обезболивающее средство3. Имobilизировать поврежденный участок, используя шины (без особой необходимости одежду с поврежденной части тела не снимать)	<ol style="list-style-type: none">1. При наличии кровотечения остановить его известным способом2. Обработать рану3. Наложить бинтовую повязку на рану4. Провести иммобилизацию поврежденного участка

Оказание первой помощи

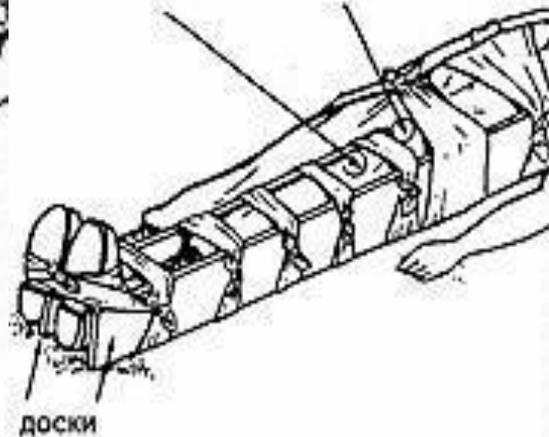
1. Шина
2. Холод
3. Покой



МЕСТА ПЕРЕЛОМОВ

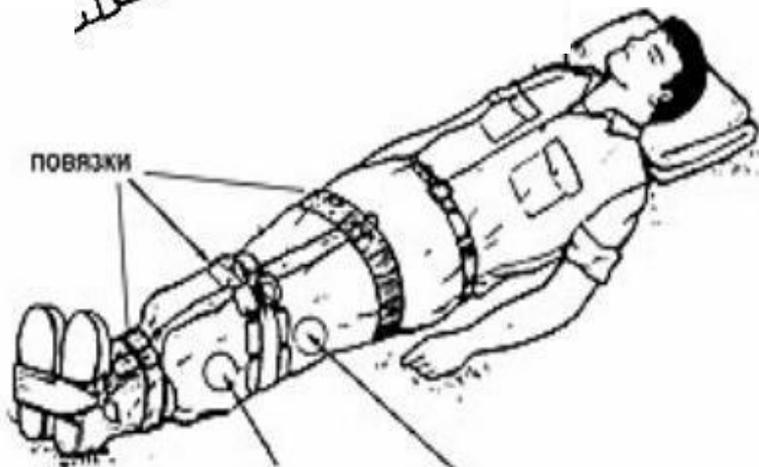


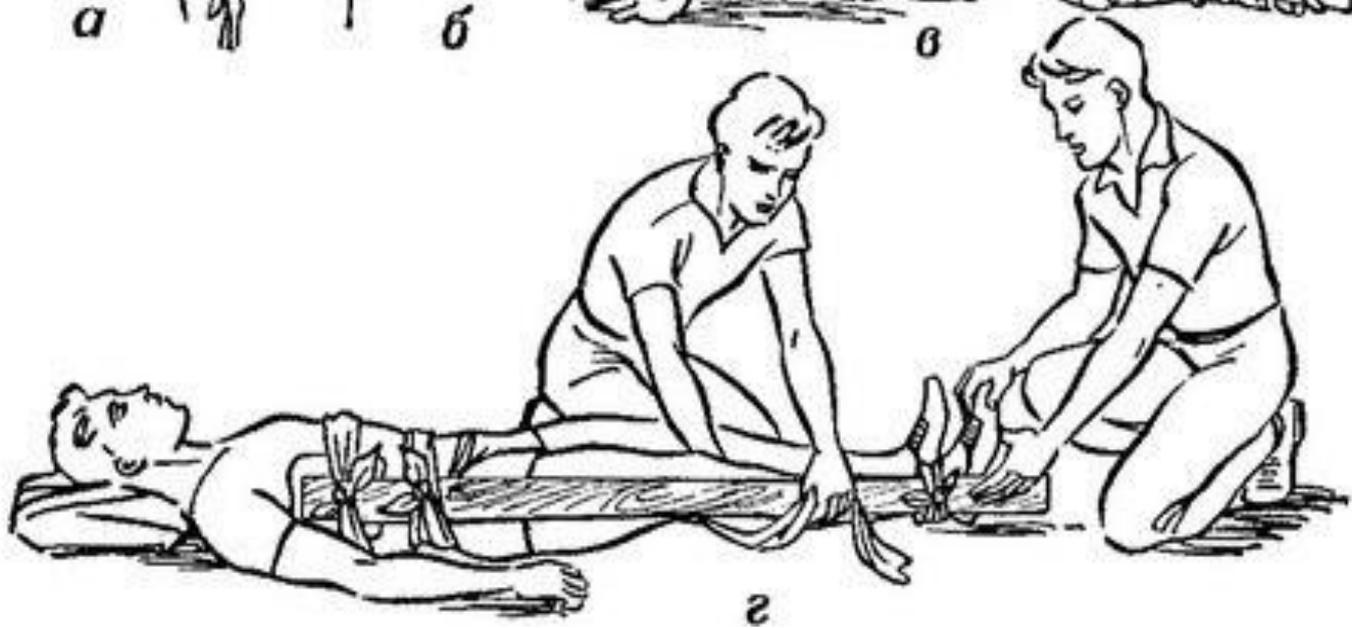
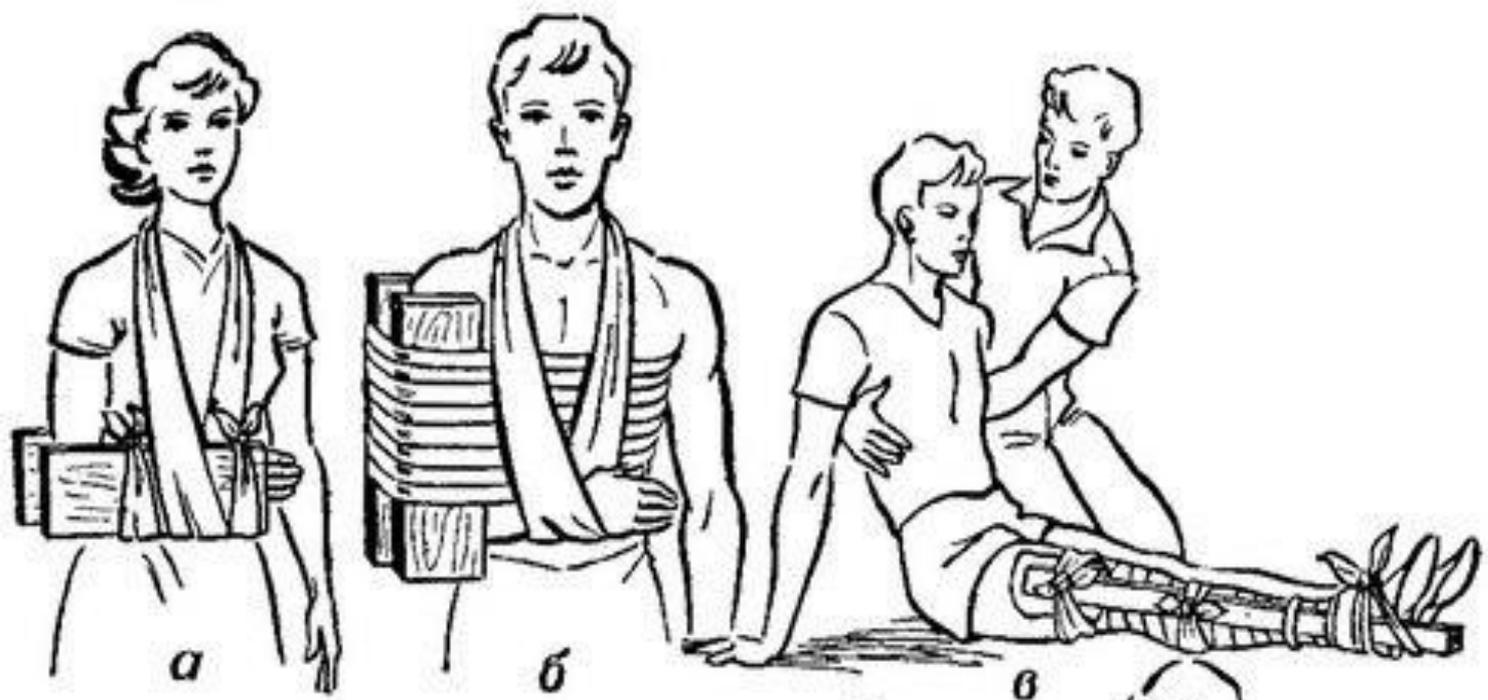
МЕСТА ПЕРЕЛОМОВ

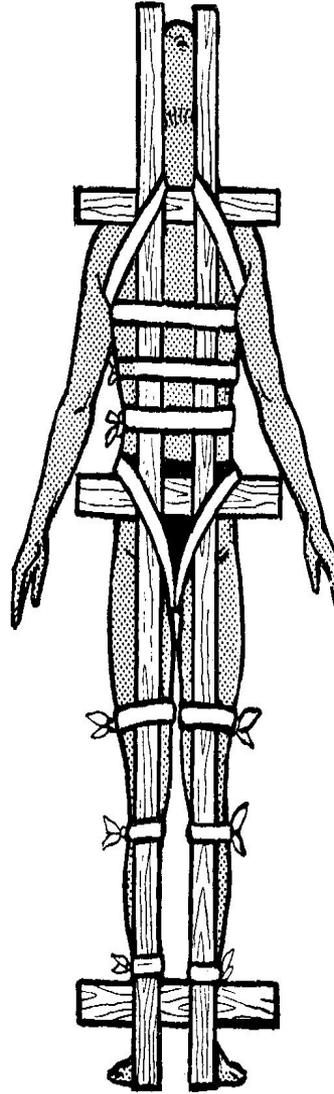
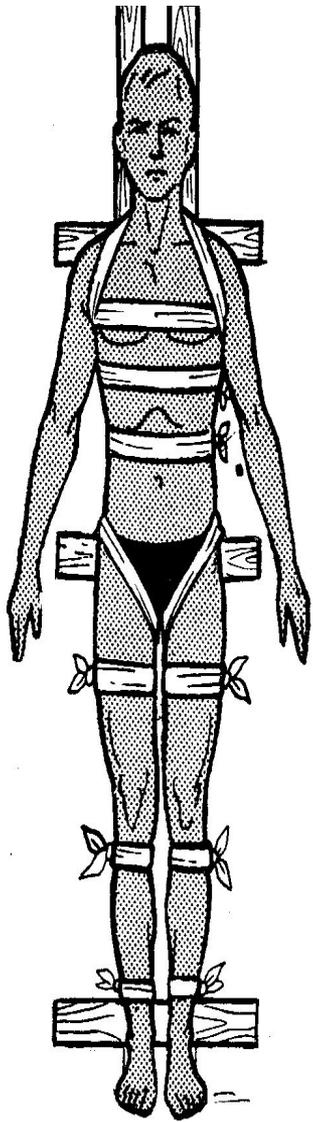


МЕСТА ПЕРЕЛОМОВ

ПОВЯЗКИ







Профилактика травм опорно-двигательного аппарата.

Физические упражнения благотворно влияют на опорно-двигательную систему в целом и на отдельные группы мышц. Эффективная программа физической подготовки (бег, ходьба, аэробика, велоспорт, плавание, лыжи) способствует укреплению организма и профилактике травм.



Вопросы:

1. Виды механических травм?
2. Что такое ушиб и первая медицинская помощь при ушибах?
3. Что такое вывих и первая медицинская помощь при вывихах?
4. Что такое растяжение и первая медицинская помощь при растяжении?
5. Виды переломов?
6. Первая медицинская помощь при переломах?