

Предмет ОБЖ


15.03.2013г.

Основные составляющие ЗОЖ

- *Рациональное питание.**
- *Режим дня.**
- *Двигательная активность.**
- *Закаливание.**
- *Личная гигиена.**
- *Отказ от вредных привычек.**
- *Состояние окружающей среды**

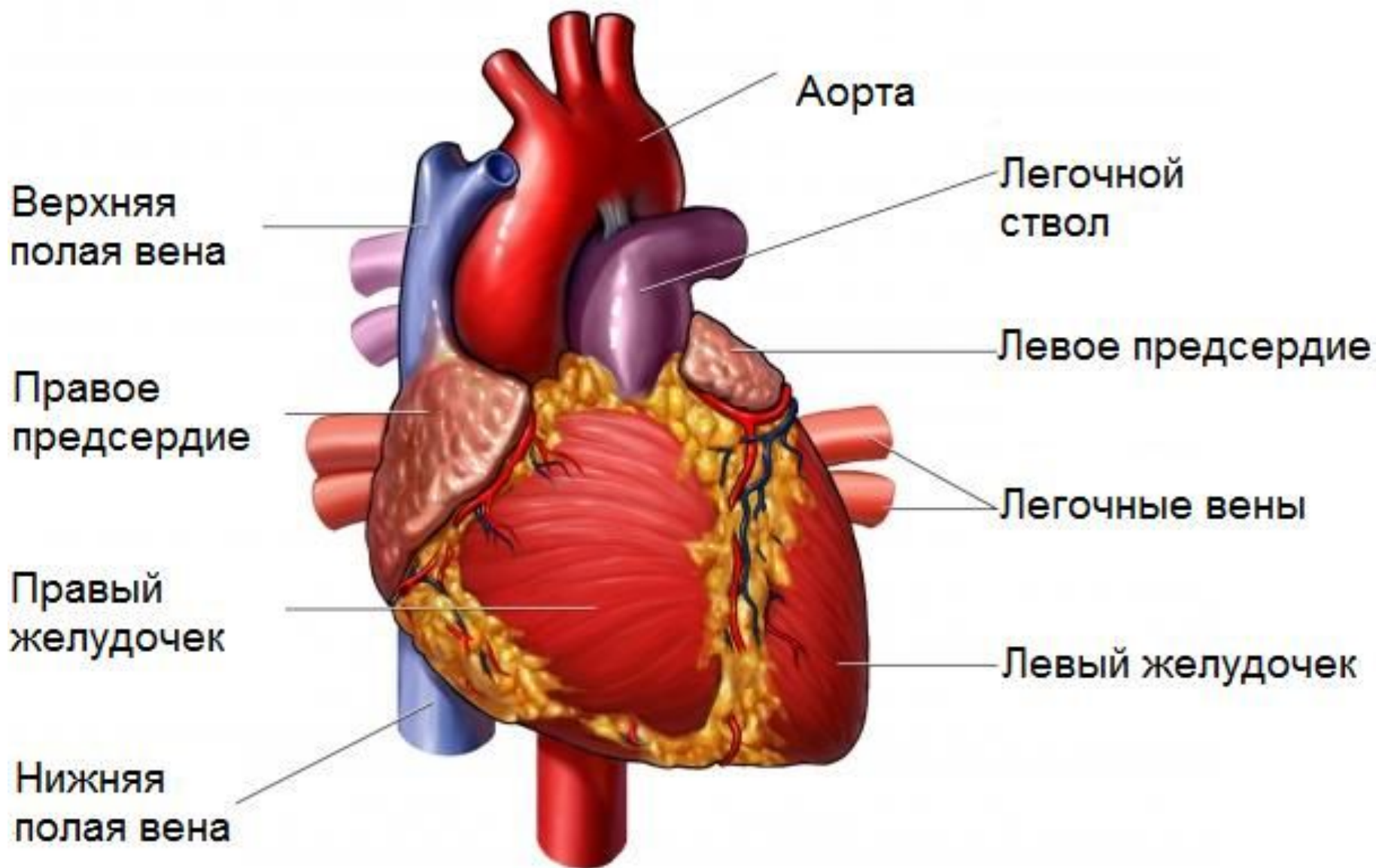
Тема: «Простейшие способы реанимации»





* «Будьте добры к людям, попавшим в беду. Никогда не проходите мимо, если можете чем-то им помочь. Помните: добро – это бумеранг, оно всегда возвращается к тому, от кого исходит»

Строение сердца



Причины внезапного прекращения сердечной деятельности и дыхания

- * поражение электротоком;
- * утопление;
- * сдавливание (закупорка) дыхательных путей;
- * инфаркт миокарда;
- * тяжелая травма жизненно важных органов;
- * острое отравление;
- * удушье;
- * общее замерзание;
- * различные виды шока.

Клиническая смерть -

- * состояние, при котором отсутствуют видимые признаки жизни (сердечная деятельность, дыхание), угасают функции центральной нервной системы, но сохраняются обменные процессы в тканях. Продолжительность состояния клинической смерти в среднем 5 мин. У детей - 3-4 мин. В течение этого времени человек еще ЖИВ, и может быть возвращен к полноценной жизни.

Признаки клинической смерти

- * отсутствие сознания;
- * отсутствие дыхания (проверить с помощью зеркала, которое запотеет, если его поднести ко рту или носу);
- * отсутствие сердечной деятельности (прощупывание пульса на сонных артериях (расположены по обеим сторонам шеи вдоль горла и пищевода));
- * расширение зрачков;
- * отсутствие реакции зрачков на свет.

Пульс



- на
запястье;

* **Пульс** – это ритмическое колебание артериальной стенки, возникающее при каждом сокращении сердца.

- на
сонной
артерии;

* Пульс проверяется четырьмя пальцами в области переднего края мышцы шеи движением пальцев к кадыку.

Реанимация

- * **Реанимация** (от лат. - оживление) – это восстановление резко нарушенных или утраченных жизненно важных функций организма, включающие в себя насыщение крови умирающего кислородом восстановление циркуляции крови, насыщенной кислородом.

Алгоритм помощи при сердечно-легочной реанимации

1. Убедиться в своей безопасности
2. Определить у пострадавшего наличие сознания и дыхания
3. Вызвать скорую помощь
4. Освободить грудь пострадавшего от одежды, восстановить проходимость дыхательных путей (освободить ротовую полость от инородных тел)
5. Уложить пострадавшего на твердую поверхность
6. Использовать лицевой щиток для искусственной вентиляции легких (ИВЛ), при его отсутствии использовать салфетку
7. Установить ладонь левой руки перпендикулярно грудине по её средней линии на 2-3 см выше нижнего края грудины
8. Во время компрессии руки в локтевом суставе не сгибать, глубина компрессии 4-5 см
9. Соотношение вдохов и компрессий составляет 2 к 30

Ситуационная задача

- * У пострадавшего в ДТП гражданина нет пульса на сонной артерии. Оказавшись на месте происшествия граждане решили оказать ему помощь и проводят сердечно- легочную реанимацию, уложив его на толстый слой свежего снега, прикрытый тонким одеялом. В чем ошибка?

Ситуационная задача

На твоих глазах грузовой машиной сбит пешеход. Он без сознания лежит на спине.

Выбери правильные ответы и расположи их в порядке очередности выполнения.

1. Наложить импровизированную шину
2. Вытереть лицо от крови и подложить подушку под голову
3. Положить пострадавшего на живот
4. Очистить ротовую полость от слизи и крови
5. Убедиться в наличии сознания и дыхания
6. Наложить стерильную повязку на кровоточащую рану
7. Оттащить пострадавшего с проезжей части в безопасное место
8. Вызвать скорую помощь
9. Оставить пострадавшего на месте и ждать прибытия машины
10. Начать сердечно-легочную реанимацию

Домашнее задание:

- 1. Выучить конспект урока**
- 2. Провести обучение членов своей семьи правилам реанимации в случае клинической смерти**

Азбука элементарной реанимации

- 1. Проверить у пострадавшего пульса на сонной артерии.**
- 2. Проверить наличие дыхания.**
- 3. Уложить пострадавшего на твердую поверхность, расстегнуть одежду, стягивающую грудь, обеспечить свободную проходимость дыхательных путей.**
- 4. Встать рядом с пострадавшим слева от него на колени.**
- 5. Если нет пульса на сонной артерии и дыхания, срочно приступить к реанимации, начать делать искусственное дыхание и непрямой массаж сердца.**
- 6. Проводить реанимацию до прибытия врачебной помощи.**