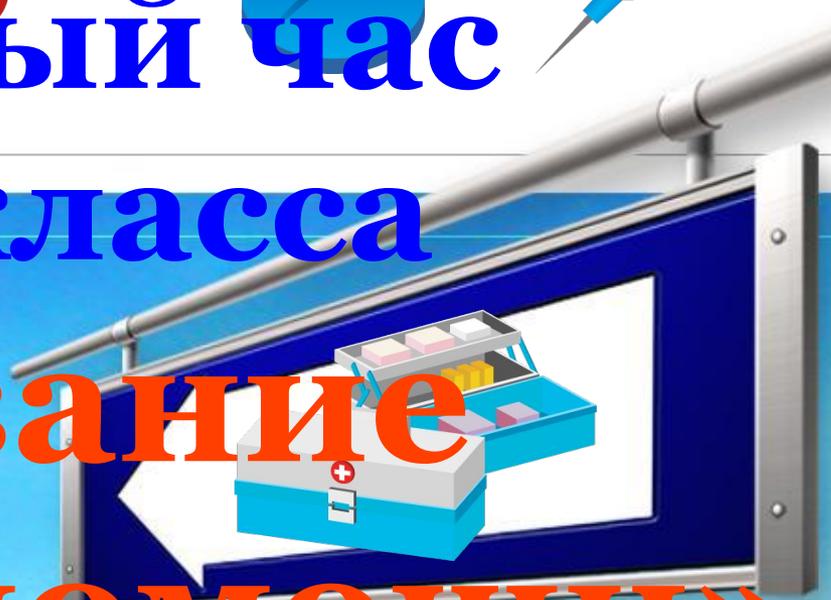


**Классный час**

**для 5 класса**

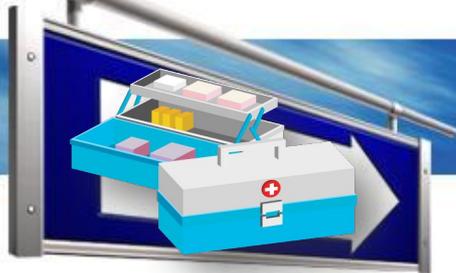
**«Оказание**

**первой помощи»**



**Автор: Балабина Людмила Ивановна,  
Учитель русского языка и литературы  
БОУ г. Омска «СОШ №130»**

# Раны и кровотечения



## Первая помощь при ранах и кровотечениях:

**Крови мало - промываем и накладываем повязку:**

Пример: содрал коленку

- для промывки годится перекись или любая бесцветная жидкость, которую можно пить;
- для повязки бинт или чистая ткань

**Крови много - промываем и накладываем давящую повязку:**

Пример: чиркнул ножом по пальцу

- если продолжает сочиться кровь, то накладываем еще повязку и сильнее прижимаем;
- не снимаем уже пропитавшуюся повязку

**Фонтан - зажать артерию, наложить жгут**





# Раны и кровотечения

## Правила наложения жгута:

**Жгут накладывается лишь в крайних случаях (фонтан), ибо он очень часто вызывает необратимые повреждения.**

- накладывается выше раны;
- накладывается на одежду (если одежды нет - подкладываем);
- 1 тур жгута - закрепляем, потом растягиваем и накладываем 3-4 тура;
- жгут накладывать быстро, снимать медленно, постепенно;
- пишем дату и время наложения жгута на лбу (чем угодно);
- время: зимой - 1 час, летом - 2 часа;
- потом ослабить на 5-10 минут и наложить жгут чуть выше предыдущего места наложения;
- жгут должен быть виден!
- проверить, что жгут наложен правильно - отсутствует пульс на конечности;
- немедленно к врачу!

## Чего не делать:

- **В рану не лезем руками!**
- **Из раны ничего не достаем!**
- **Не снимаем уже пропитавшуюся повязку!**

# Переохлаждение



## Признаки и симптомы переохлаждения:

- Интенсивная дрожь;
- Нарушение координации;
- Затруднение речи;
- Резкие перемены настроения, раздражительность переходит в апатию;
- Замедление движений, редкое дыхание, слабый пульс.



# Переохлаждение

## Первая помощь при переохлаждении:

- Зайти в любое помещение;
- При возможности укрыться любой теплой тканью, одеждой;
- Медленно согревать (нельзя в горячую ванну);
- Теплое сладкое питье и еда.

## Чего не делать:

- растирать конечности пострадавшего;
- заставлять его энергично двигаться;
- пить спиртное (это вызывает потерю тепла и может привести к повторному переохлаждению);
- класть пострадавшего в горячую ванну и применять грелки.

## Факторы риска:

- Температура ниже +15 С;
- Ветер;
- Усталость;
- Голод;
- Мокрая одежда;
- Пожилой или ослабленный болезнью человек.

# Обморожение/отморожение

## Признаки и симптомы обморожения:

- потеря чувствительности;
- ощущение покалывания или пощипывания;
- побеление кожи - 1 степень обморожения ;
- волдыри - 2 степень обморожения (видно только после отогревания, возможно проявление через 6-12 часов) ;
- потемнение и отмирание - 3 степень обморожения (видно только после отогревания, возможно проявление через 6-12 часов).





# Обморожение/отморожение

## Первая помощь при обморожении / отморожении:

*Пубрать с холода (на морозе растирать и греть бесполезно и опасно) ;*

*Пзакрыть сухой повязкой (для уменьшения скорости отогревания);*

*Пмедленное согревание в помещении ;*

*Побильное теплое и сладкое питье (согреваем изнутри).*

## Чего не делать при обморожении:

**ПИгнорировать;**

**Прастирать (это приводит к омертвению кожи и появлению белых пятен на коже) ;**

**Презко согревать ;**

**Ппить спиртное.**

## Что делать дальше:

**Отслеживать общее состояние и место обморожения в течении суток.**

**Доставить пострадавшего  
к врачу.**

# Травмы



## Признаки и симптомы:

- Боль;
- Опухоль;
- Неестественное положение конечности;
- Кровь;
- Нарушение подвижности;



# Травмы

## Первая помощь при травме:

### Иммобилизация.

- Правило буквы Зю. Фиксировать надо в том положении, в котором находится деформированная конечность;
- Возможна большая кровопотеря при открытом переломе, поэтому сначала накладываем повязку;
- Шина или подручный материал накладывается так, чтобы зафиксировать сустав до и после перелома;
- Вывих не вправляем, относимся, как к перелому;
- Для уменьшения боли нужно приложить холод (актуально первые 6 часов после травмы, потом – уже не нужно). Холод наложить на 15 минут, снять на 5 минут и положить еще на 15 минут, если боль усиливается. Лед на голое тело не класть – завернуть в ткань.

### Чего не делать:

***Не пытайтесь  
придать конечности  
естественное  
положение.***

### Что делать дальше:

***Доставить  
пострадавшего  
к врачу!***

# Обморок



## Признаки и симптомы:

- Дурнота ;
- Бледность;
- Слабость;
- Зрачки расширены;
- Медленно опускается на землю или падает;
- Длительность приступа - от нескольких секунд до десяти минут.



# Обморок

## Первая помощь:

- Укладываем, не даем упасть и удариться;
- Поднимаем пострадавшему повыше ноги;
- Расстегиваем тесную одежду;
- Обеспечиваем приток свежего прохладного воздуха;
- На расстоянии шарик с нашатырным спиртом;
- Контролируем состояние;
- Вызываем Скорую помощь, если не очнулся через 10 минут.

## Чего не делать:

- Не поднимать в вертикальное положение;*
- Не стремиться привести в сознание ;*
- Не давать нюхать нашатырный спирт;*
- Не давать пощечины;*
- Не брызгать водой.*

## Что делать дальше:

**Обеспечиваем покой.  
Контролируем  
состояние  
пострадавшего.**

# Острый живот

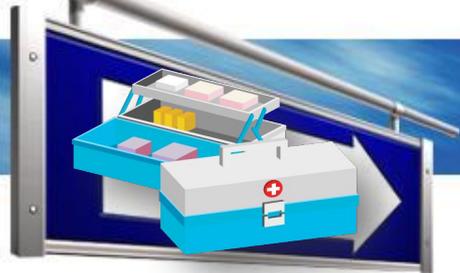


## Признаки и симптомы:



**Сильные боли в животе  
(язва, аппендицит,  
печеночная колика и др);  
Напряженный живот;  
Поза «эмбриона»;  
Слабость, озноб.**

# Острый живот



## Первая помощь:

- Холод ;
- Голод;
- Покой;
- Скорейшая транспортировка к врачу;
- Очень опасное состояние! Может привести к необходимости серьезной операции.

## Чего не делать:

- Греть живот;
- Давать пить или есть;
- Давать таблетки «от боли в животе»;
- Терпеть и надеяться «..что скоро пройдет».

## Что делать дальше:

**Немедленно  
доставить  
пострадавшего к  
врачу!**

# Гипертермия

(Высокая температура у ребенка)

## Оказание помощи:

Гипертермия, она же высокая температура, является самой распространенной жалобой. Сама по себе гипертермия не является болезнью;

температура - это симптом, возникающий при многих, чаще всего инфекционных заболеваниях.

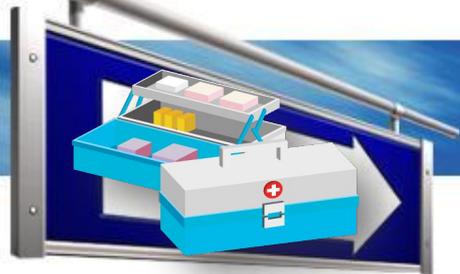


## Наиболее частые причины повышения температуры тела у детей:

- Острые инфекционные заболевания (вирусные, бактериальные инфекции);
- Обезвоживание организма;
- Перегревание;
- Поражение центральной нервной системы;
- Эмоциональный стресс.

# Гипертермия

## Алгоритм действий при оказании неотложной помощи у ребенка, «розовая» гипертермия:



1. Раскрыть ребенка.
2. Дать обильное питье.
3. Использовать физические методы охлаждения:
  - обдувание вентилятором;
  - лёд на область крупных сосудов;
  - обтирание тела прохладной (20 С) водой с уксусом (1 ст. л. уксуса на 1 л воды);
  - клизмы с кипячёной водой 20 С;
  - общие прохладные ванны с температурой воды 28-32 С.
4. Назначить внутрь **парацетамол (панадол, калпол, тайлинол, эффералган упса и др.) в разовой дозе 10 мг/кг детям до 1-го года и 15 мг/кг детям более старшего возраста.** Через 4-6 часов, при отсутствии положительного эффекта, возможно повторное использование препарата.
5. **Аспирин (ацетилсалициловая кислота) 10 мг/кг внутрь может быть использован только у детей старшего возраста** на фоне применения обволакивающих средств. Его необходимо обильно запивать водой.

