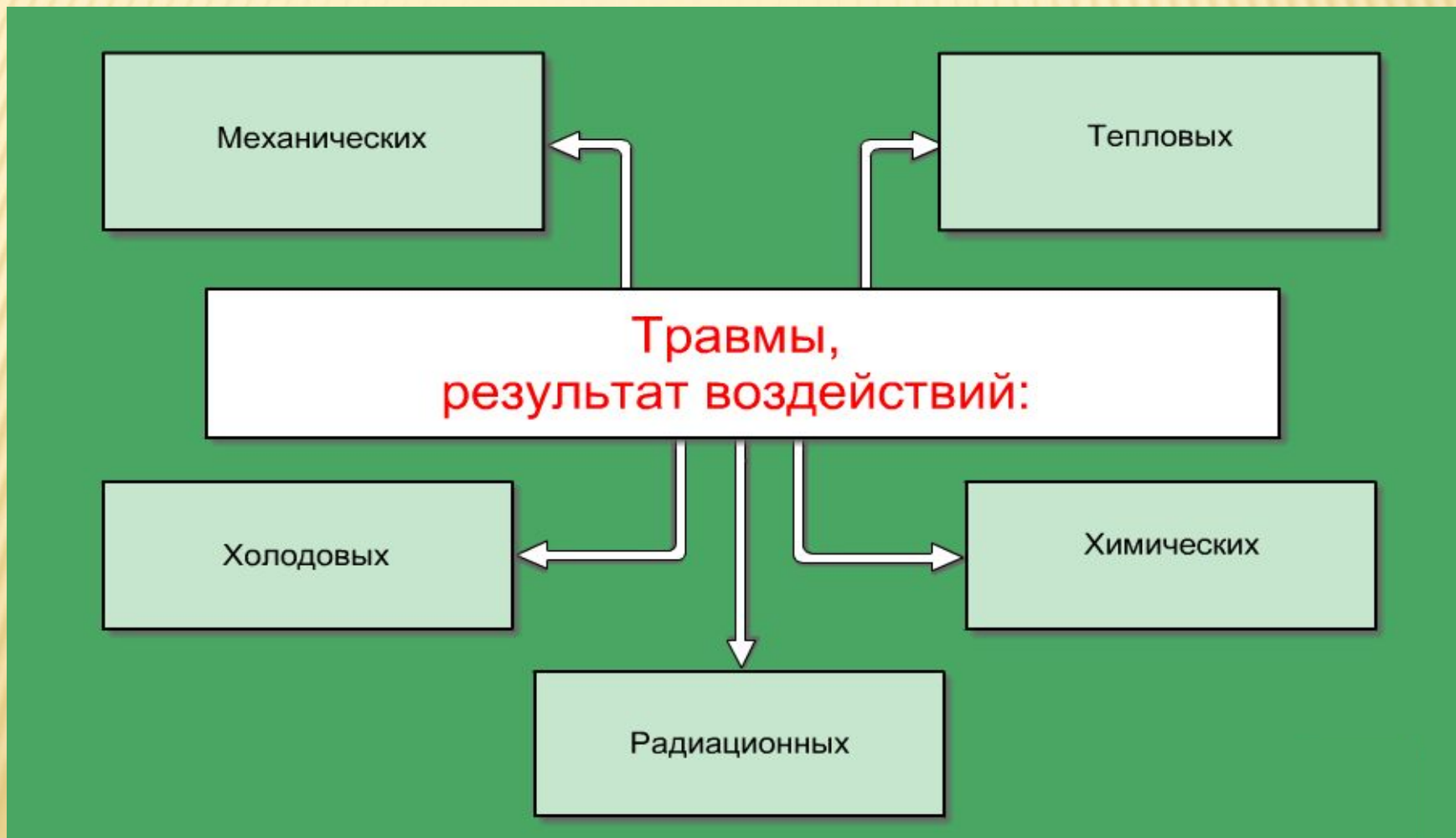


**Первая медицинская  
помощь  
при травмах  
опорно-двигательного  
аппарата**

**Травма** (от греч. *trauma* – рана) –  
**это нарушение тканей организма**  
**человека с нарушением их**  
**целостности и функций,**  
**вызванное внешним воздействием.**

*Травмы, в зависимости от способа воздействия на организм человека, могут быть механические, тепловые, холодовые, химические, радиационные.*



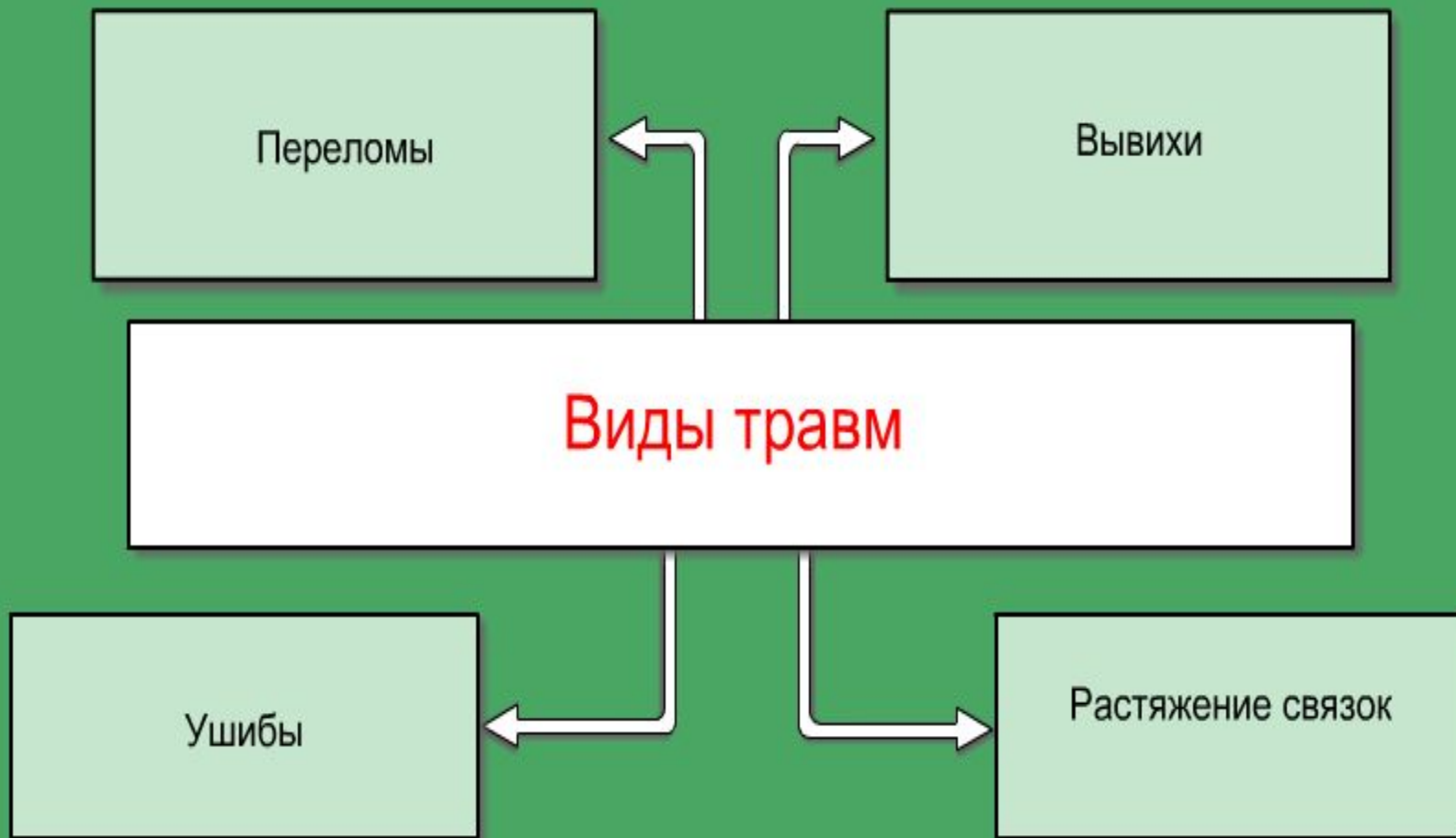
Переломы

Вывихи

Виды травм

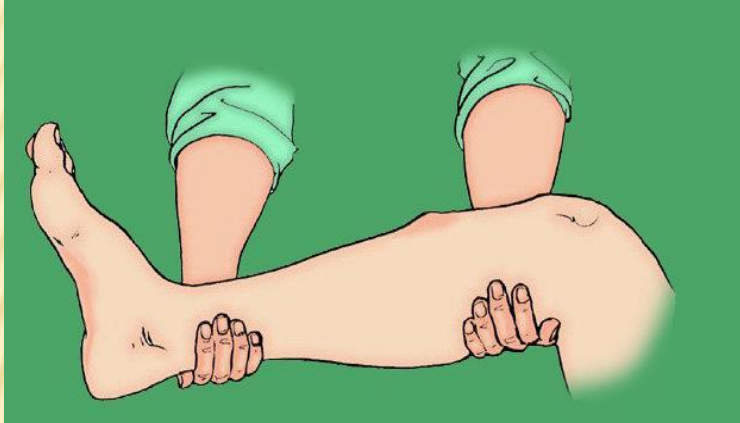
Ушибы

Растяжение связок



# *Перелом – это нарушение целостности кости*

*Переломы бывают закрытые и открытые*



## **Признаки закрытого перелома:**

- сильная боль при движении и при нагрузке на конечность;
- деформация и отёк конечности;
- синюшный цвет кожи.

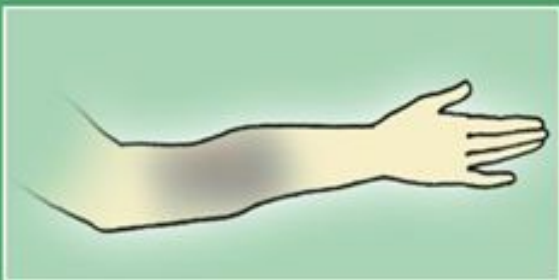


## **Признаки открытого перелома:**

- видны костные обломки;
- деформация и отёк конечности;
- наличие раны, часто с кровотечением.

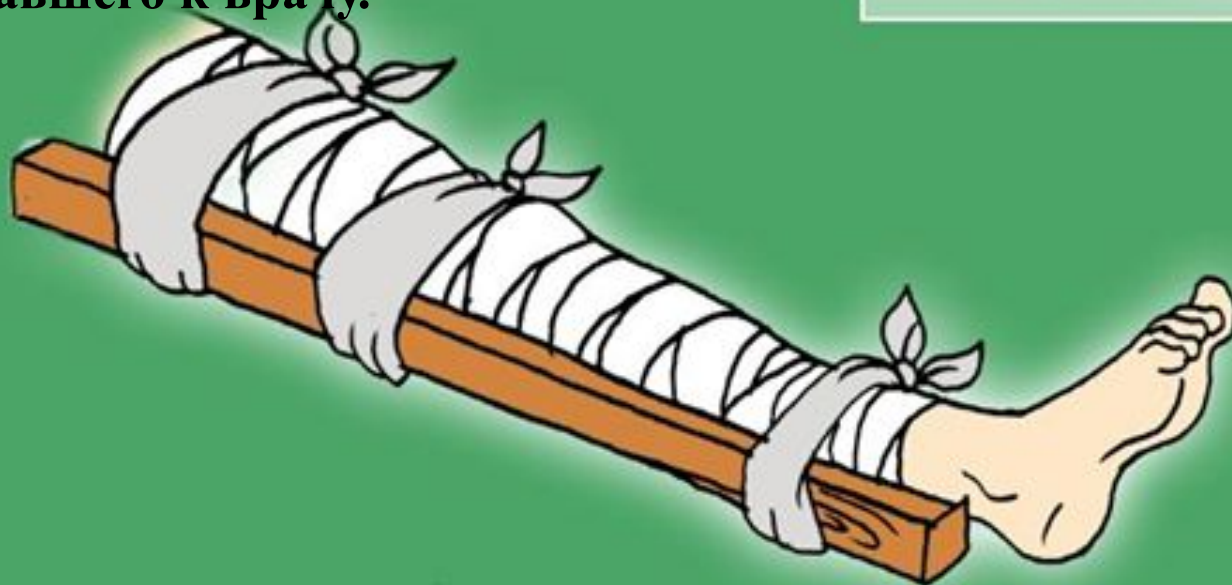
# *Первая медицинская помощь при закрытых переломах*

При закрытом переломе следует обеспечить покой повреждённой конечности, для чего накладывают специальную шину, затем дают обезболивающее средство, после чего обязательно доставляют пострадавшего к врачу



# *Первая медицинская помощь при открытых переломах*

При открытом переломе следует остановить кровотечение, наложить стерильную повязку, обеспечить покой повреждённой конечности, наложить специальную шину, дать обезболивающее средство, доставить пострадавшего к врачу.

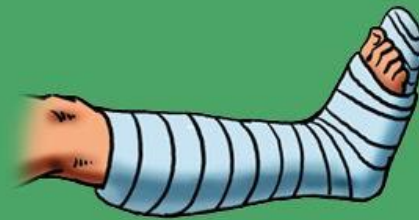


# *Основной способ оказания первой помощи пострадавшему при переломах – наложение шинной повязки.*

*При наложении шины должны фиксироваться два ближайших сустава: один - выше места перелома, другой - ниже.*



ПРИ ПЕРЕЛОМЕ  
ОДНОЙ КОСТИ ГОЛЕНИ



ПРИ ПЕРЕЛОМЕ  
ГОЛЕНСТОПНОГО СУСТАВА



ПРИ ПЕРЕЛОМЕ  
ОБЕИХ КОСТЕЙ ГОЛЕНИ

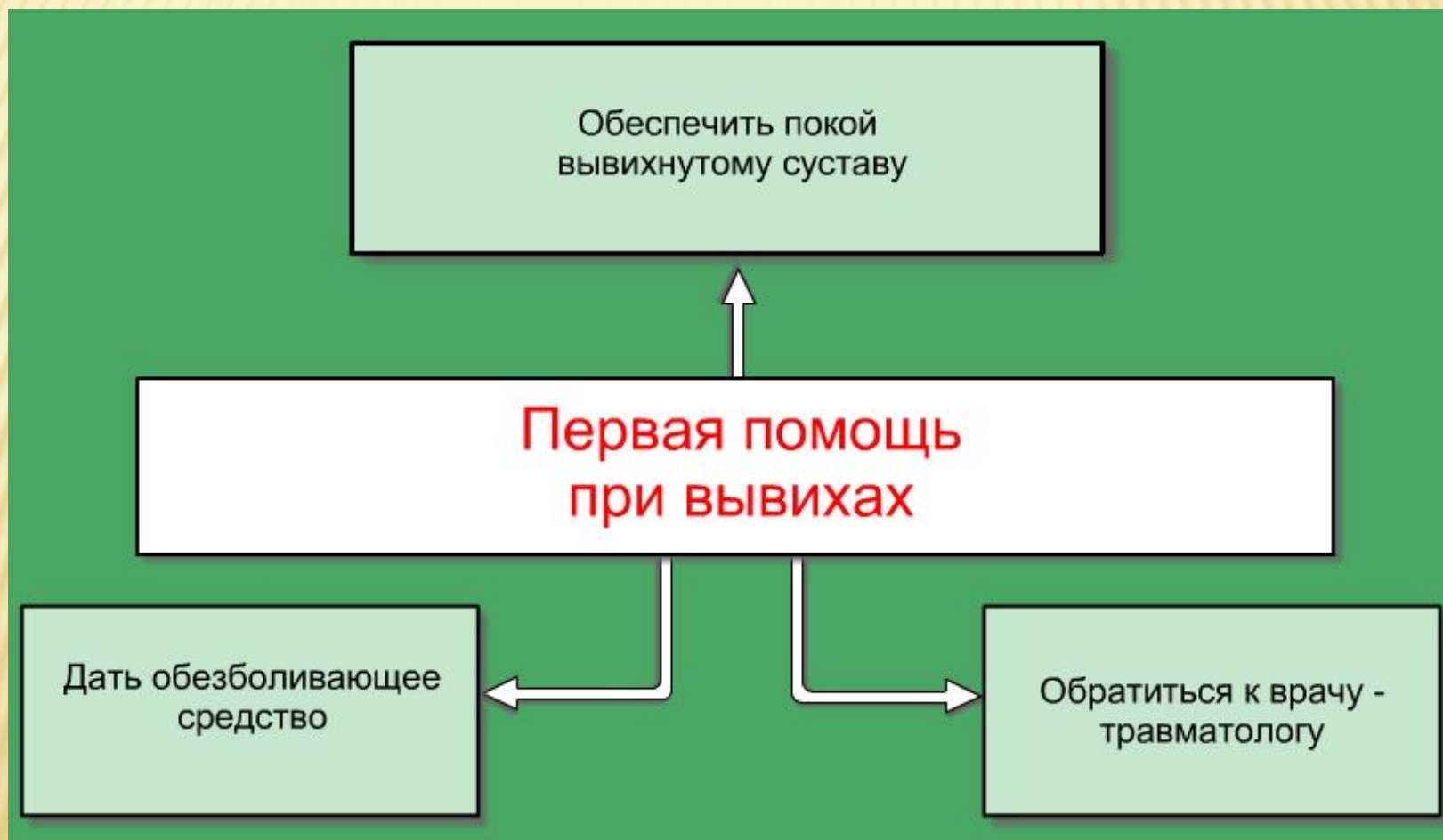


# ***Вывих – это смещение кости по отношению к ее нормальному положению в суставе.***

При вывихе наблюдаются: изменение формы сустава, неестественное положение конечности, изменение её длины, сильная боль в суставе и невозможность движения.

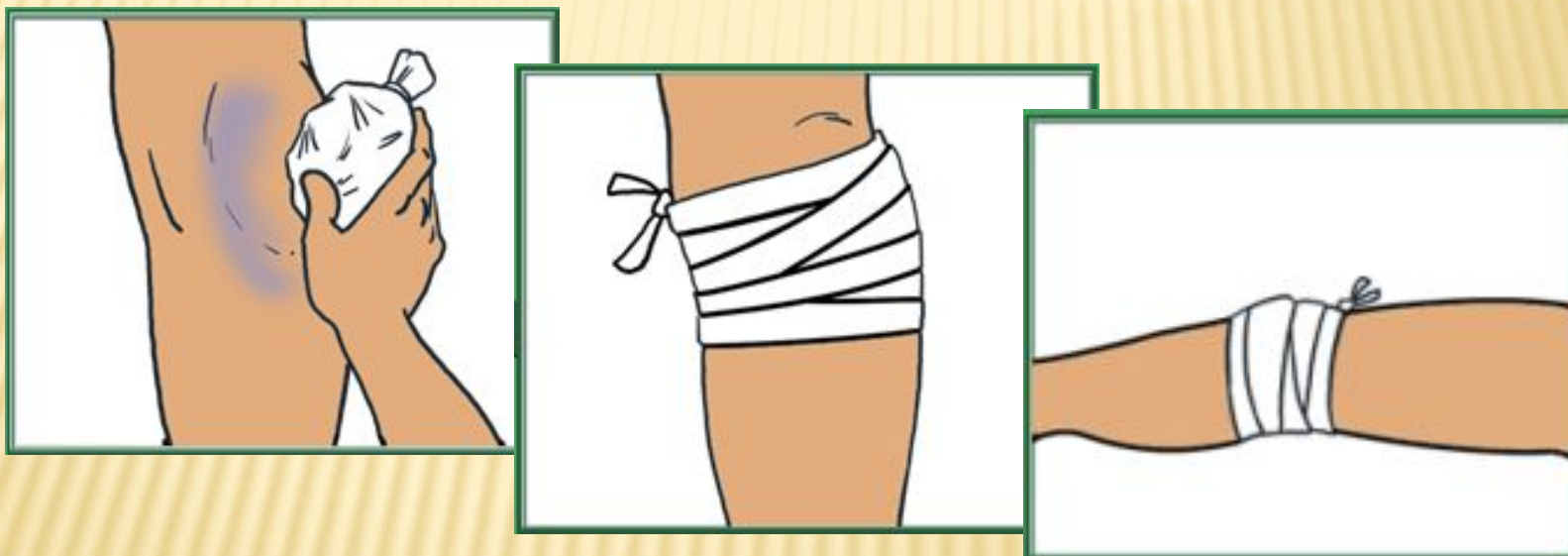


При вывихе необходимо обеспечить покой вывихнутому суставу, дать обезболивающее средство пострадавшему и без промедления обратиться к врачу-травматологу.



# *Растяжение и разрыв связок происходит, когда кость выходит за пределы обычной амплитуды движения.*

При растяжении нельзя нагружать поврежденный сустав. В первые 72 часа не применяйте согревающие компрессы. Это усугубит травму.



При растяжении связок на место травмы положить холод, наложить тугую повязку, придать конечности возвышенное положение и обратиться к врачу.

**Симптомы *растяжения связок и мышц* сходны, хотя некоторые признаки могут отличать одну травму от другой.**



# При **разрыве** наблюдается сильная боль, отёк сустава, синюшность кожи в районе травмы

В месте разрыва мышц на коже образуется видимое на глаз западение, ниже которого заметно выпячивание.



## Первая медицинская помощь при разрывах связок и мышц

1. На поврежденное место положить холод

2. Наложить тугую повязку и обеспечить покой

3. В качестве обезболивающего средства дать  
пострадавшему таблетки анальгина

4. Для уменьшения отека конечности, ей следует придать  
возвышенное положение

5. Обратиться к врачу

# *Ушиб* - результат повреждения тканей и органов тела тупым предметом.

Симптомы: наличие ссадины и (или) синяка на месте ушиба



# Профилактика травм опорно-двигательного аппарата

Эффективная программа физической подготовки (бег, ходьба, аэробика, велоспорт, плавание, лыжи) способствуют укреплению организма и профилактике травм

