

Невідкладна домедична допомога

Основи здоров'я
9 клас

План уроку

- Визначення стану потерпілого.
- Перша допомога у надзвичайних ситуаціях.
- Серцево-легенева реанімація
- Види і наслідки кровотеч. Невідкладна допомога при кровотечах.
- Алгоритм рятування людей під час пожежі, з-під завалів
- Невідкладна медична допомога при опіках, отруєнні чадним газом.

- Домедична допомога — це комплекс заходів, спрямованих на поновлення або збереження життя/здоров'я потерпілого, що здійснюється до прибуття медичного працівника.



Алгоритм надання домедичної допомоги потерпілому

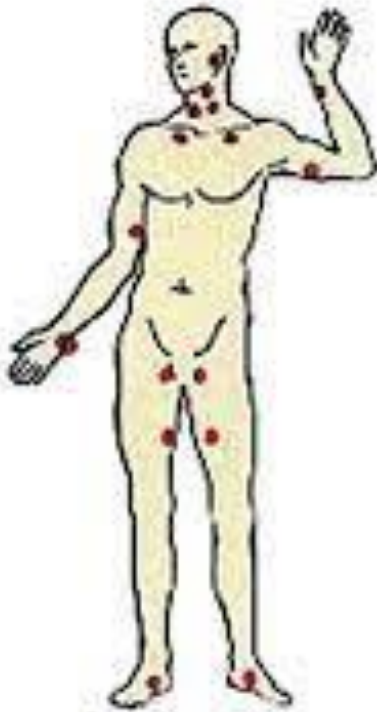
1. Застосувати засоби індивідуального захисту (залежно від ситуації);
2. Усунути причини впливу загрозливих факторів;
3. Терміново оцінити стан потерпілого (візуально оглянути, визначити наявність ознак життя, дізнатися про самопочуття);
4. Покликати на допомогу людей, які знаходяться неподалік, а також попросити викликати «швидку допомогу»;
5. Надати потерпілому безпечного для кожного конкретного випадку положення;
6. Ужити заходів щодо усунення небезпечних для життя станів (провести реанімаційні заходи, зупинити кровотечу тощо);
7. Не залишати потерпілого без уваги, постійно контролювати його стан, продовжувати підтримувати життєві функції його організму до прибуття медичних працівників.

Визначення стану потерпілого

У стані непритомності в потерпілого слід визначити ознаки життя:

- наявність пульсу;
- наявність дихання;
- наявність реакції зіниць ока на світло.

Перевірка наявності пульсу



- Місця на тілі людини для визначення пульсу



Перевірка наявності дихання



- Для оцінки наявності нормального дихання у потерпілого підтримуйте дихальні шляхи відкритими й **спостерігайте** за рухами грудної клітки; **слухайте** дихання постраждалого! **Відчувайте**
- подих на своїй щоці.



Перевірка за допомогою дзеркала



Перевірка наявності реакції зіниць ока на світло



- розширені зіниці живої людини звужуються, коли спрямувати на них світло)

Ознаки життя

Наявність пульсу

Наявність самостійного дихання

Реакція зіниці на світло

Ознаки смерті

Відсутність пульсу

Відсутність реакції зіниці на світло

Помутніння й висихання рогівки очей

Серцево-легенева реанімація

- Серцево-легенева реанімація складається

- з компресій (на тиснень) на грудну клітку і штучного дихання.



компресій
ткту і штучного

Алгоритм компресії на грудну клітку

1. Встаньте на коліна збоку постраждалого.
2. Покладіть основу долоні одної руки на центр грудної клітки постраждалого
3. Покладіть основу другої руки поверх першої й з'єднайте пальці в замок. Переконайтеся, що не тиснете на ребра.
4. Тримайте руки прямо.





5. Розмістіться вертикально над грудною кліткою постраждалого і тисніть на груди́ну як мінімум на глибину 5 см, але не більш ніж 6 см. Після кожної компресії звільняйте груди́ну від тиску, але не відривайте руки від грудної клітки.
6. Зробіть 30 компресій.
7. Робіть компресії з частотою 100–120/хв.



Штучне дихання



1. Вказівним і великим пальцем руки затисніть ніс постраждалого.

2. Зробіть нормальний вдих і обхопіть вашими губами губи постраждалого, так, щоб це було герметично.

3. Зробіть штучний вдих, дивлячись, чи піднімається грудна клітка постраждалого. 4. Продовжуйте компресії та штучне дихання у співвідношенні 30:2.



Види кровотеч

```
graph TD; A[Види кровотеч] --> B[внутрішні]; A --> C[зовнішні];
```

внутрішні

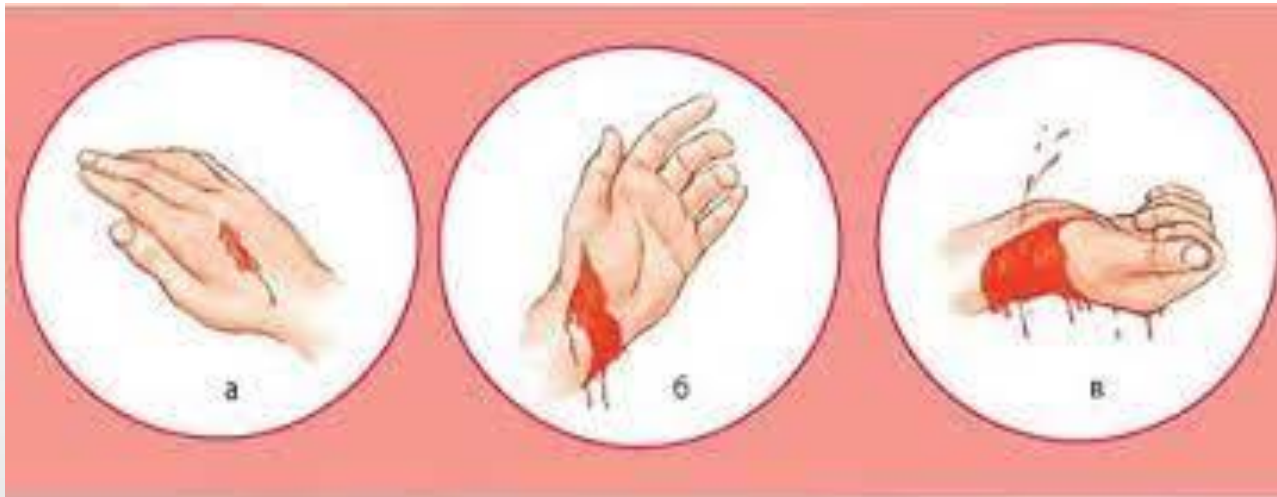
зовнішні

Внутрішня кровотеча – це втрата крові, характерною особливістю якої є те, що кров тече не назовні, а в одну з порожнин тіла (кишківник, шлунок, матку, черевну порожнину, тощо) або в міжтканинний простір

Ознаками внутрішньої кровотечі є:

- швидко наростаюча загальна слабкість;
- запаморочення, втома, сонливість;
- потемніння в очах, шум у вухах;
- на вигляд хворий блідий, може бути холодний піт;
- дихання поверхневе, прискорене, спрага;
- незначне збільшення частоти пульсу і деяке зниження артеріального тиску.

Зовнішніми вважають такі кровотечі, за яких кров витікає в зовнішнє середовище через рани або природні отвори



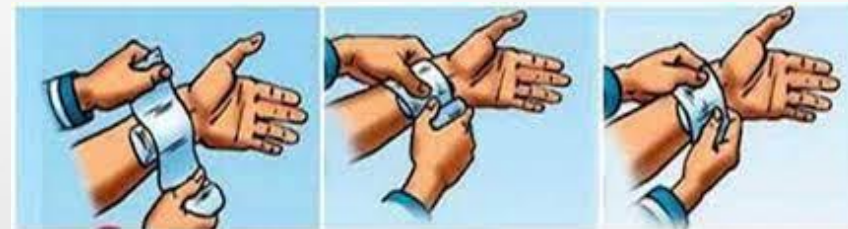
Види кровотеч



Капілярна кровотеча - виникає внаслідок ушкодження дрібних судин в результаті травми або хвороби. Воно проявляється спочатку у вигляді кров'яної роси, а потім - повільного витікання крові за межі шкірного покриву. Такий стан може бути особливо небезпечним для осіб з порушенням згортання крові;

Перша допомога при капілярній кровотечі

- По-перше, потрібно обробити краї ранки розчином антисептика (перекис, йод, зеленка). По-друге, накласти нетугу марлеву пов'язку. Перед тим, як забинтувати покладіть на поверхню рани вату. При великій площі пошкодження необхідно звернутися за кваліфікованою медичною допомогою.



Перша допомога при венозній кровотечі



- У якості першої допомоги слід накласти що давить асептичну пов'язку з міцного бинта або тканини.

Перша допомога при артеріальній кровотечі

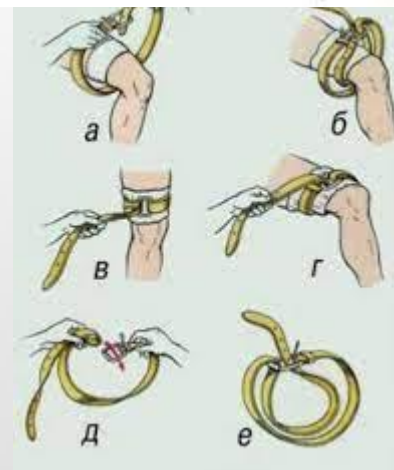
- Перша медична допомога при кровотечах з артерії вимагає особливої уважності, реактивності та швидкості.

Тканинну закрутку або джгут слід розмістити вище місця пошкодження. Максимальна тривалість перебування джгута на тілі потерпілого становить 1 годину в холодний сезон (зима, осінь) і 2 години в тепле.

Накладання на руку



Накладання на ногу



Алгоритм рятування людей під час пожежі

1. негайно викликати пожежну охорону за номером 101, повідомивши свою точну адресу, об'єкт пожежі; зустріти пожежну охорону.
- 2. Якщо горіння щойно почалося, ви можете легко загасити вогонь водою, накрити товстою ковдрою, покривалом, закидати піском, землею. У жодному разі не гасіть водою електропроводку та електроприлади, що перебувають під напругою,— це небезпечно для життя!
- 3. Якщо ви бачите, що не зможете впоратися з вогнем і пожежа набуває загрозливих розмірів, терміново покиньте приміщення. Перш ніж відчинити двері в палаючому будинку, доторкніться до них зворотним боком долоні. Не відчиняйте їх, якщо відчуваєте, що двері теплі — за ними вогонь. Не користуйтеся ліфтами під час пожежі. Спускайтеся лише сходами.

Алгоритм рятування людей під час пожежі

- 4. Якщо вогонь відрізав шлях до виходу, постарайтеся зберігати спокій. Ідіть у дальню від палаючого приміщення кімнату, щільно зачиняючи за собою всі двері. Відчиніть вікно й постарайтеся привернути увагу перехожих криками про допомогу.
- 5. Після прибуття пожежної бригади чітко й беззаперечно виконуйте команди її працівників. Не заходьте назад у палаюче приміщення, поки вам не скажуть, що небезпека минула.



ПЕРША ДОПОМОГА ПРИ ОПІКАХ



Якмога швидше припиніть контакт постраждалого із джерелом опіку



Обережно видаліть уяесь забруднений одяг (підгузки, взуття, сорочки і тощо)



Охолодіть постраждалого за допомогою вологої тканини чи холодної води



Накладіть чисту, суху тканину на травмовану ділянку



Телефонуйте до швидкої за телефоном 103

СИМПТОМИ ОТРУЄННЯ ЧАДНИМ ГАЗОМ

головний біль

запаморочення

сльозотеча

сухий кашель



біль у грудині

блювота

почервоніння
шкіри

прискорене
серцебиття

сонливість

Перша допомога при отруєнні чадним газом:

- негайно викликати швидку медичну допомогу;
- вивести ураженого з отруєної атмосфери на свіже повітря або надягти на нього протигаз з голкалітовим патроном (чи ізолюючий протигаз);
- ослабити одяг;
- зігріти ураженого (гаряче пиття, укутування);
- застосування рефлекторних подразників (вдихання парів нашатирного спирту);
- при глибоких порушеннях дихання або при його відсутності необхідно провести штучне дихання.

Питання для обговорення

- 1. Для чого потрібна перша допомога?
- 2. Які прийоми першої допомоги ви знаєте?
- 3. Чи вмієте ви здійснювати тимчасову зупинку кровотечі, робити перев'язку рани, накладати нерухому пов'язку при переломах, робити штучне дихання?
- 4. Як треба поводитися, щоб ухвалені вами рішення щодо першої допомоги не виявилось помилковим?

Практичне завдання № 3

- **Тема:** Відпрацювання навичок надання першої допомоги потерпілому
- **Мета:** навчитися правильно поводитися надавати невідкладної допомоги при травмах, кровотечах, опіках, втраті свідомості, зупинках дихання

Джерела інформації

- <https://nsplus.com.ua/2019/06/20/sertsevo-legeneva-reanimatsiya/>
- <https://uahistory.co/pidruchniki/taglina-health-basics-8-class-2021-ua-reissue/6.php>
- <https://www.google.com/search?q>
- <https://uzhgorodska.likarnja.org.ua/news/1577973479/#>
- <https://paramedic.ua/ua/pervaja-pomoshh-pri-krovotechenii>
- <http://www.vin.gov.ua/news/ostanni-novyny/31066-uvaha-nebezpechnyi-chadnyi-haz>