

АЛҒАШҚЫ КӨМЕК КӨРСЕТУ

ІКАZ.KZ - ашық мәліметтер
порталы

АЛҒАШҚЫ КӨМЕК

- Алғашқы көмек — адам өміріне немесе денсаулығына кенеттен қауіп төнгенде оның өмірін сақтап қалу үшін немесе апаттың зиянды әсерін азайту үшін қолданылатын қарапайым шаралар. Апаттың қатарына әр түрлі жарақаттар, сынық, буынның шығуы, улану, суға бату, күйу, үсу, электр тоғы соғу, т.б. жатады.



Алғашқы көмектің
халықаралық белгісі

Алғашқы көмектің негізгі шаралары: апатқа түскен адамды апат әсерінен құтқару (өрттен, судан шығару); апаттың зиянды әсерін тоқтату (адамды жылыту, иіс тисе таза ауа жұтқызу); қан тоқтату, жараны байлау, сынған аяқтың немесе қолдың қозғалысын тежеу; жасанды дем алдыру, жүрекке жабық массаж жасау, апатқа түскен адамды тезірек емдеу мекемесіне жеткізу немесе жедел медициналық көмек көрсететін дәрігерлер тобын шақыру.



ТҰРМЫСТЫҚ КҮЙІКТЕР

- Белгілері: I дәрежедегі күйік: дене қатты қызарып, домбығады, дуылдап аурады.
- II дәрежедегі күйік: қатты қызарған теріде көлкілдек бүршік пайда болады (сары сұйық жинақталады), ауру жанына қатты бата бастайды.
- III дәрежедегі күйік: терінің түсі сары- қоңыр (тері жансызданады, некроз), ауруды сезіну үдейді, естен тану белгілері байқалады.
- IV дәрежедегі күйік: терінің, бұлшық еттің және сүйектің қарайып кююі, ауруды сезіну белгілері үдейді, естен тану белгілері әлдеқашан байқалған.



- Сенің әрекеттерің: - Кешіктірмей күйік себебін жойыңыз (мысалы жалынды сөндіру). Денесінен тұтанған немесе ыстық май, су, химиялық зат сіңген киімді, ол теріге жабысқан жерлерін қалдырып, өзге жерлерін шеш. - Күйген жерді суық судың астында 10-15 мин (ағынды су) ұстаңыз. Егер дененің зақымдалған үлкен жерінің көлемі үлкен болса, оның үстін суық суға малынған ақжаймамен жабыңыз. Салқындатқаннан кейін құрғақ таңғыш, дәкі немесе ақжайма қолданыңыз. Егер зардап шегуші есінен айрылмаған болса, оған суық су бер.

Есінде болсын! Күйген жерге қандай да бір май немесе крем жағуға, теріде пайда болуы мүмкін көпіршіктерді ашуға (жұқпалылардың ену қауіпі) болмайды.

Күйген алаң онша үлкен болмаса (қызарған тері, көлкілдек бүршік) жергілікті жердің травпунктіне қарал. Дененің күйген алаңы үлкен болған жағдайда "103-жедел жәрдемін" шақыр.

Ақыр соңында, барлығы біршама тынышталды. Адамдар, шамалары келгенше ас дайындап, шай әзірледі. Кешкі тамақ ішіп, жылынуға әрекет жасады. Бірақ қозғалған жүйке әлі де қалпына келер емес. Мосқал ер адам, енді кепкен печеньемен, ол бағына қарай "дабыл сумкасында" болған, шай іше бастағанда кенеттен тұншыға бастады.

ТЫНЫС АЛУ ЖОЛДАРЫНДАҒЫ НЕМЕСЕ ӨҢЕШТЕГІ БӨГДЕ ЗАТТАР

- Белгілері: зардап шегуші мойнын ұстап, ештеңе айта алмайды, жан таласа дем алғысы келеді, ауа жетіспегенін сезінді, көгере бастады. Тыныс жолдары жарақаттанған кезде: шуылға ұқсас қатты жөтеледі. Сенің әрекетің: Бөгде затты тыныс жолдарынан шығару үшін ашық алақаныңмен жауырынның жоғары жағынан қағып ұру керек. Зардап шегушіден аузына саусағын салып зорланып құсуын талап ет, саусақты мүмкіндігінше терең салып өңешті тітіркендіреді. Тыныс алуы тоқтайтын болса, кешіктірмей жасанды тыныс алуды жүргіз. "103 - жедел жәрдемін" барынша жылдамдатып шақыр!

ЖҮРЕК ҚЫЗМЕТІНІҢ ТОҚТАУЫ

Белгілері: естен тану, тыныс алу мен тамыр соғысының жоғалуы, терісі көгілдір-сұр. Сенің әрекеттерің: жасанды тыныс алдыру және жүректі жанамалай уқалап, сылау.

Жүректі жанамалай уқалап, сылаудың әдісі: - Зардап шегушінің жанына тізе бүгіп тұрып, оның жағасының түймелерін ағыт, оны тегіс қатты жерге шалқасынан жатқыз. - семсер тәріздес талшықты саусағыңмен сипала; - қолдың екі саусағын мойынға қарай бағыттап қой; - мойынға қарай бағыттап оның қасына алақаныңды бас.



- - келесі қолыңның алақанын, қойылған қолдың үстіне қойғанда, екі қолдың саусақтары да жоғары қарап тұруы тиіс; - қолдарды созып денеңнің салмағын қажетті нүктеге тіктеп түсір, күш созылған қолдар арқылы берілетін болсын. Қысу тәртіптері: Үлкендерге - минутына 60 - 70 - тен кем болмауы тиіс; Жас өспірімдердің кеуде клеткасын 4 см-ге дейін (70-80 рет) қысады; Балаларға - үлкендердің бір қолының күші жеткілікті (100 рет); Нәрестелерге - екі саусақтың күші жеткілікті (минутына 100 - 120 рет).

- Жасанды тыныс алудыру мен жүректі уқалап, сылау әдістері (жүрек - өкпе реанимациясы)
- Есіңде болсын! Тек қана естен тану, тамырлардың соқпауы, тыныс алудың жоқтығы кезінде жүргізіледі!
- - Зардап шегушіні шалқасынан жатқыз (мықты, қатты жерге), аяғын көтеріңкіреп қой. - Зардап шегушінің өкпесіне екі рет ауа үрлеу әрекетін жаса, содан кейін жүрегіне жабық уқалау, сипалау жұмыстарын жүргіз: - бір қалыппен: 15 рет - жүректі жанамалай сылаумен және 2 рет - өкпені жасанды желдендіру әдістерін жаса. Осындай 4 циклден кейін тағы тамыр соққанын тексер, егер байқалмаса онда: Жүрек - өкпе реанимациясын жалғастыр. Жүрек - өкпе реанимациясын: - терінің қызаруы; - ұйқы күре тамырының соғысын байқалу; - қайта тыныс ала бастаған кезде табысты өткізілді деп санауға болады.

ІШ ӨТУ (ДИЯРЕЯ)

- Сенің кеңесің: Аурудың белгілері жойылғанша ауруға тамақ берме. Ең болмағанда әдеттегіден жарты - литр артық тәттісі жоқ сұйықтық ішкіз.
- Есіңді болсын! Сүт ішуге болмайды! - 1 литр суытылған қайнаған суға 1 шай қасық тұз және 4 шай қасық қант қос немесе дайын регидрон таблеткасын іш. - Аспирин және ауруды басатын дәрі-дәрмек қабылдама. - Егер бір тәуліктен кейін жеңілдікті сезінбесең, дәрігерге қарал.

КӨЗДІҢ ЖАРАҚАТТАНУУЫ



- Белгілері: көз жабылады немесе жыпылықтайды, ісінеді, қызарады, қатты ауырады. Сенің әрекетің: - Көзді немесе қабағын жаралап алған кезде көзді таза жұмсақ матамен жауып, таңғышпен қатты тартпай байлап қой. Келесі көзді де жауып қой. - Көз төңірегін ұрып алған кезде зақымдалған көзге суық компресс бас. - Көзге күйдіретін химиялық зат түскен кезде оны сумен ұзақ шаяды, ол үшін басты еңкейтіп, саусақтармен қабақтарды ашады.

- Көзге қышқыл түскенде 10 мин бойы ағынды сумен шаяды, сілтілер түскенде - 15 минут, белгісіз химиялық зат түскенде - 20 минут. - Көзге бөгде заттар түскенде өзбетіңмен көздің алмасына немесе мөлдір қабақтың төңірегіне түскен кішкентай затты алуға әрекеттенбе. Бұл жағдайда екі көзді де таңып таста. - Бөгде зат көздің ағына немесе қабақтың ішкі жағына түскен кезде мынадай амал жаса: көздің ағынан немесе қабақтың үстінен ылғалданған бет орамалдың ұшымен іліп ал. Егер сізге ештеңе көрінбесе, кірпікпен жоғары қабақты төменгі қабаққа қарай соз.

- Бұл түскен затты орнынан қозғайды. Әрекетің сәтсіз шықса жоғарғы қабақтың кірпігін алып оны созыңыз. Оған сіріңкенің талшығын қойып оған қабақты ораңыз. Содан кейін көрінген затты жоғарыда көрсетілген әдіспен алыңыз. Егер әрекет тағы сәтсіз болса - тұратын мекендегі окулистке қарал. Осы жағдайлардың барлығында "103 - жедел жәрдемін" шақырыңыз.
- Әйелім ұсталған балықпен оралды. Оншалықты кішілеу балық. Бұл жез балық. Өте дәмді "патша балық". Ендеше, балық сорпасы болады! Және, тағы бір жағымсыз жағдай болатын сияқты. Ол құлағына әлдебір шіркейдің кіргеніне шағым айтады.

ШЫБЫН-ШЫРКЕЙДІҢ ҚҰЛАҚҚА КІРУІ

- Сенің әрекетің: Құлаққа жылы суды ол сыртына ағып шығатындай қылып құю керек. Бұл кезде сақтықпен құлақтың сырғалығын артқа қарай және жоғары тарт. Келесі әдіс: Егер бұл үйде болған болса: Ваннаға құлақтарың су астында болатындай қылып жату керек.

ҚҰЛАҚТАҒЫ БӨГДЕ ЗАТТАР

- Назар аудар! Құлаққа түскен бөгде заттарды (моншак, бұршақтың дәні), егер тек олар сыртқы есту жолдарының кіре берісінде орналасса және сіз дабыл жарғақты жарақаттамауға мүлде сенімді болсаңыз ғана алуға тырысыңыз, басқадай жағдайларда өзіңіз шығаруға әрекеттенбеңіз. ЛОР дәрігеріне қаралыңыз.

**Назарларыңызға
рахмет!!!**