# Оказание первой помощи при ушибах, вывихах суставов и переломах костей

# Каждый человек обязан уметь оказать пострадавшему доврачебную помощь:

1. Сохранить жизнь
2. Свести к минимуму возможные последствия происшествия
3. Способствовать выздоровлению

**Ушибы –** закрытое повреждение тканей и органов от удара тупым предметом

## Симптомы:

1. Боль
2. Отек
3. Гематома

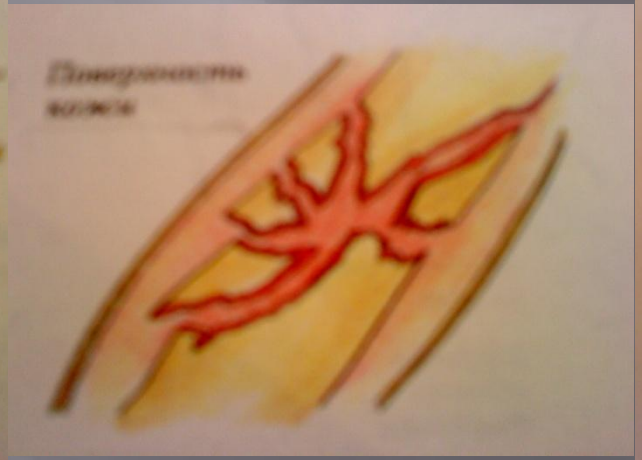
## Оказание ПП:

1. Холод
2. Холодная вода
3. Ложка
4. Мазь

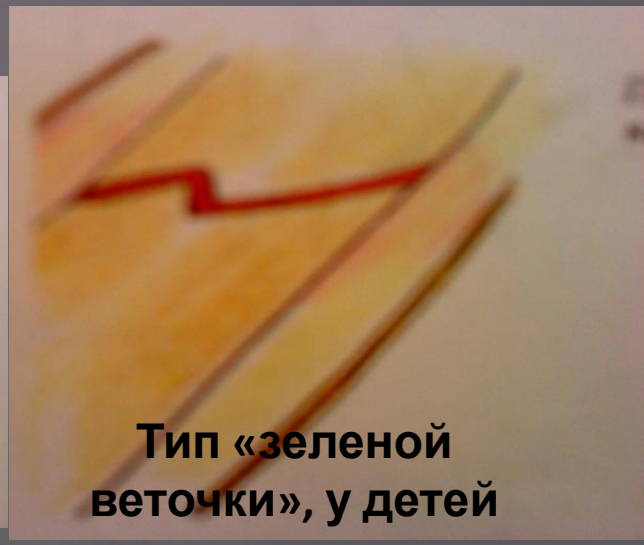
**Перелом** – это нарушение целостности костей.

Перелом может быть в виде трещины или полного перелома костей.

Простой - трещина



Осколочный



Тип «зеленой веточки», у детей

# Переломы

## Открытые

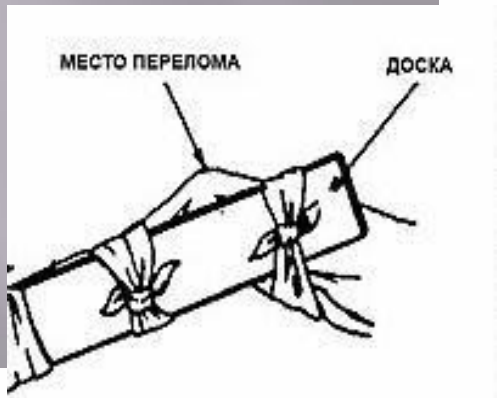
Рана вызвана травмирующим фактором или костным обломком, сопровождается кровотечением

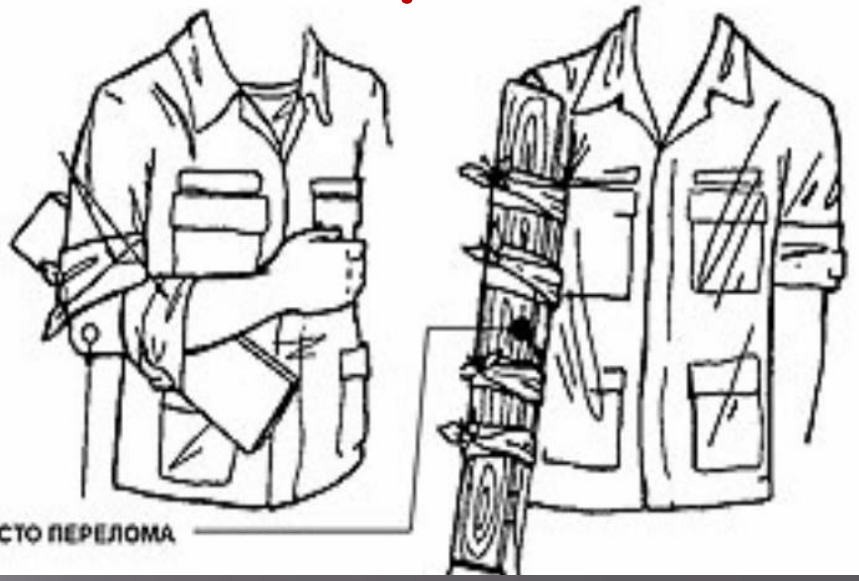
## Закрытые

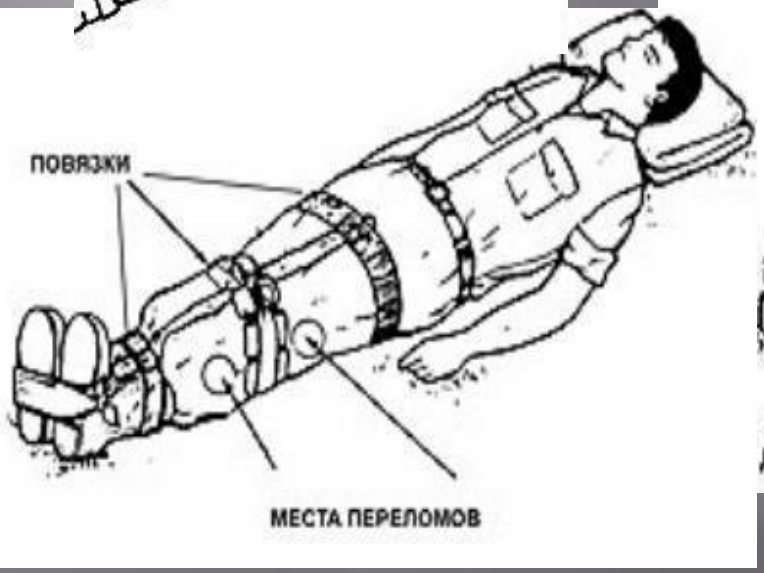
Кожа в зоне перелома не повреждена; припухлость в близлежащих тканях имеет местный характер

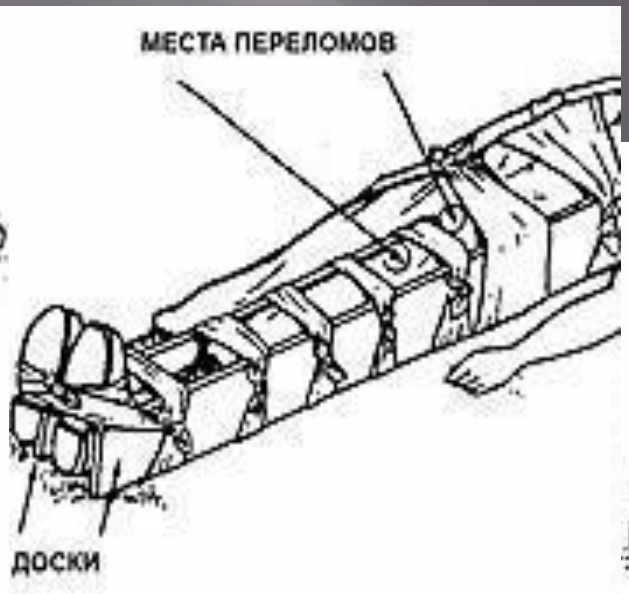
# Оказание первой помощи

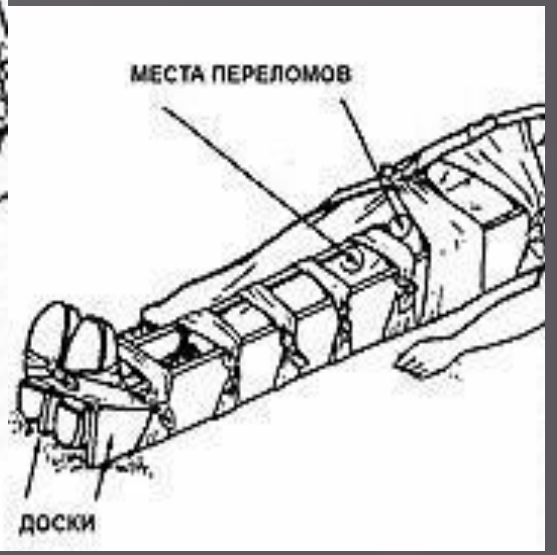
1. Шина
2. Холод
3. Покой



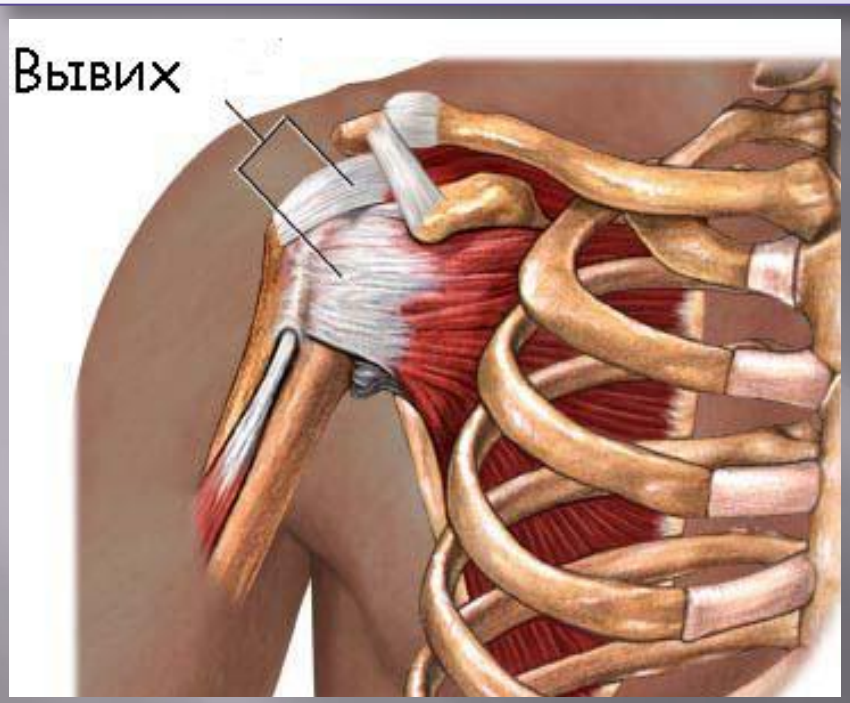



**Вывих** - головка одной кости может частично или полностью выйти из сустава.



# Как оказать первую помощь при вывихе?

- Обеспечьте поврежденной части покой
- Наложите лед или холодный компресс
- Мягкая давящая повязка
- Косыночная повязка

**Растяжение связок** - это повреждение сухожилий области сустава, что приводит к разрыву мышц.

**Как оказать помощь:**

1. Наложение Тугой повязки
2. Приложить холод
3. Обеспечить покой

# Обязанность оказывающего первую помощь.

1. Быстро оценить ситуацию
2. Определить причину травмы
3. Создать покой
4. Холод
5. Наложить шину, повязку
6. Сообщить учителю, родителю, вызвать помощь.