

Правила и порядок оказания первой помощи себе и пострадавшим при несчастных случаях, травмах, отравлениях и ЧС



Первая помощь — это комплекс срочных мероприятий, которые должны быть предприняты на месте возникновения острого заболевания или травмы до прибытия медицинского работника

Основные правила оказания первой помощи в неотложных ситуациях

Состояния, при которых оказывается первая помощь

1. Отсутствие сознания.
2. Остановка дыхания и кровообращения.
3. Наружные кровотечения.
4. Инородные тела верхних дыхательных путей.
5. Травмы различных областей тела.
6. Ожоги, эффекты воздействия высоких температур, теплового излучения.
7. Отморожение и другие эффекты воздействия низких температур.
8. Отравления.

Основные правила оказания первой помощи включают в себя:

- временную остановку кровотечения с помощью давящих повязок или жгута (закрутки из подручных средств);**
- наложение повязки при повреждении кожи, ранении мягких тканей, ожоге или обморожении;**
- устранение подвижности поврежденной или больной части тела (иммобилизация конечностей) при переломах, сдавливании тканей, ушибах;**
- восстановление дыхания и сердечной деятельности путем применения искусственного дыхания и непрямого массажа сердца;**
- согревание обмороженных участков тела до появления красноты;**
- введение обезболивающих средств, антидотов (противоядий) и т.д.**

Первая помощь при кровотечениях и ранениях. Способы остановки кровотечения. Виды повязок. Правила и приемы наложения повязок на раны.

ВЕНОЗНОЕ



АРТЕРИАЛЬНОЕ



Различные типы бинтовых повязок:

- а — циркулярная;
- б — черепашья;
- в — ползучая;
- г — крестообразная;
- д — колосовидная;
- е, ж, з — пращевидная.

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ РАНЕНИЯХ

ВИДЫ РАН



ПРЕЖДЕ ЧЕМ НАЛОЖИТЬ АСЕПТИЧЕСКУЮ ПОВЯЗКУ, НЕОБХОДИМО:

Промыть рану водой с мылом



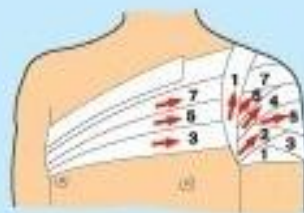
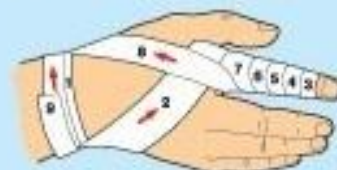
Вскрыть порезанный пакет, извлечь повязку из чехла



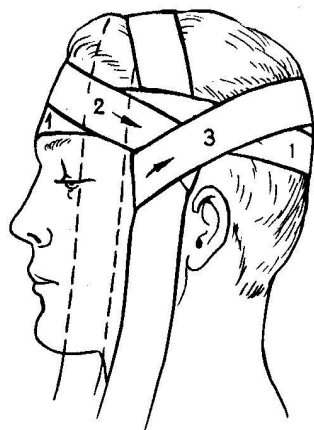
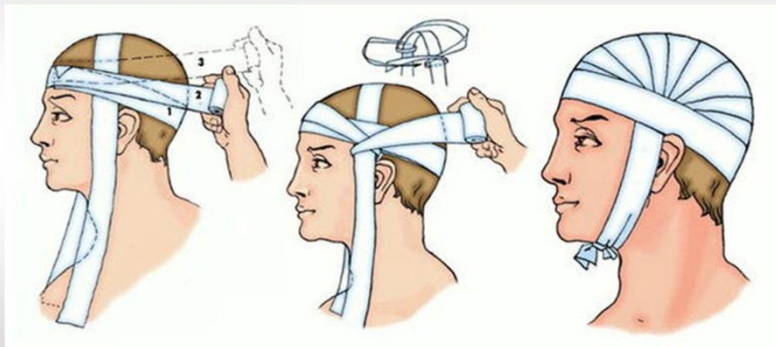
Развернуть бинт с подушками



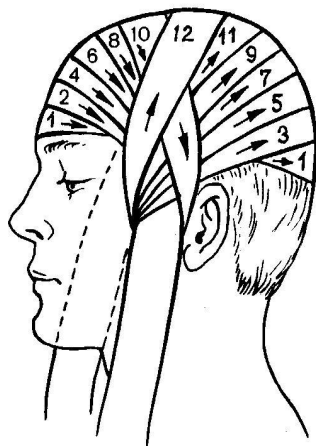
ВИДЫ И ТЕХНИКА НАЛОЖЕНИЯ ПОВЯЗОК



Повязка «Чепец»



а



б

Наложение повязок на разные части тела при венозном и капиллярном кровотечении



метод наложения повязки на предплечье

Существует огромное множество видов повязок. Каждая из них имеет своё предназначение и особенности наложения.



метод наложения повязки на область затылка



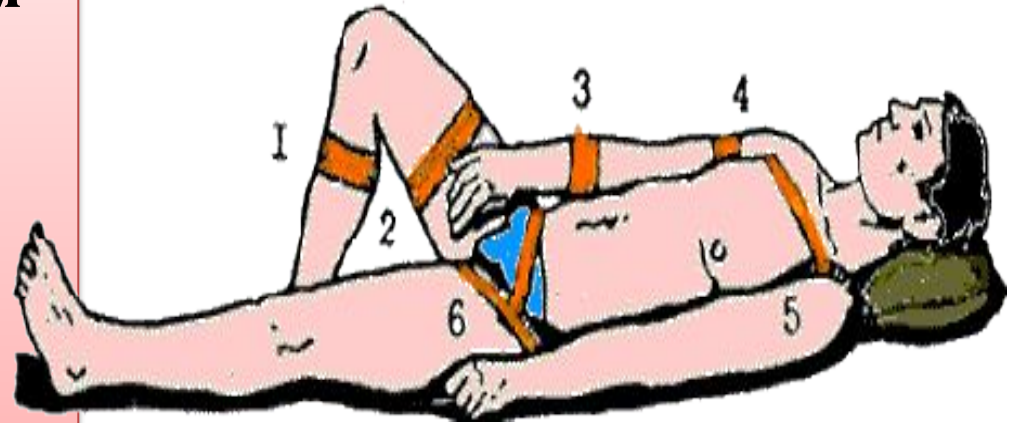
метод наложения повязки на нижнюю часть живота и паховую область

Спиральная повязка на грудь



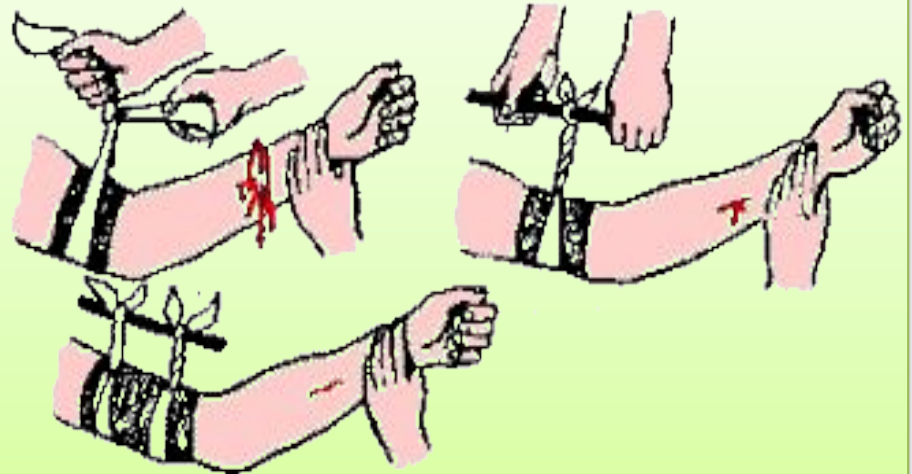
Типичные места наложения жгута

- 1 - на голень;
- 2 - на бедро;
- 3 - на предплечье;
- 4 - на плечо;
- 5 - на плечо при его ранении;
- 6 - на паховую область при высоком ранении бедра

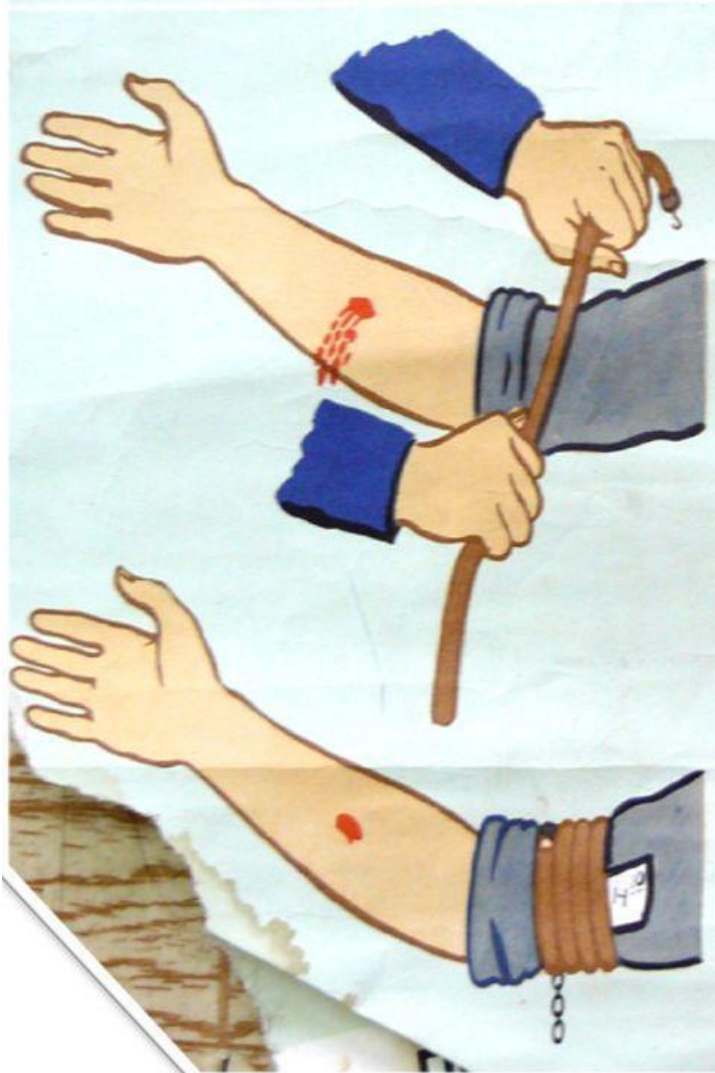


Остановка артериального кровотечения закруткой

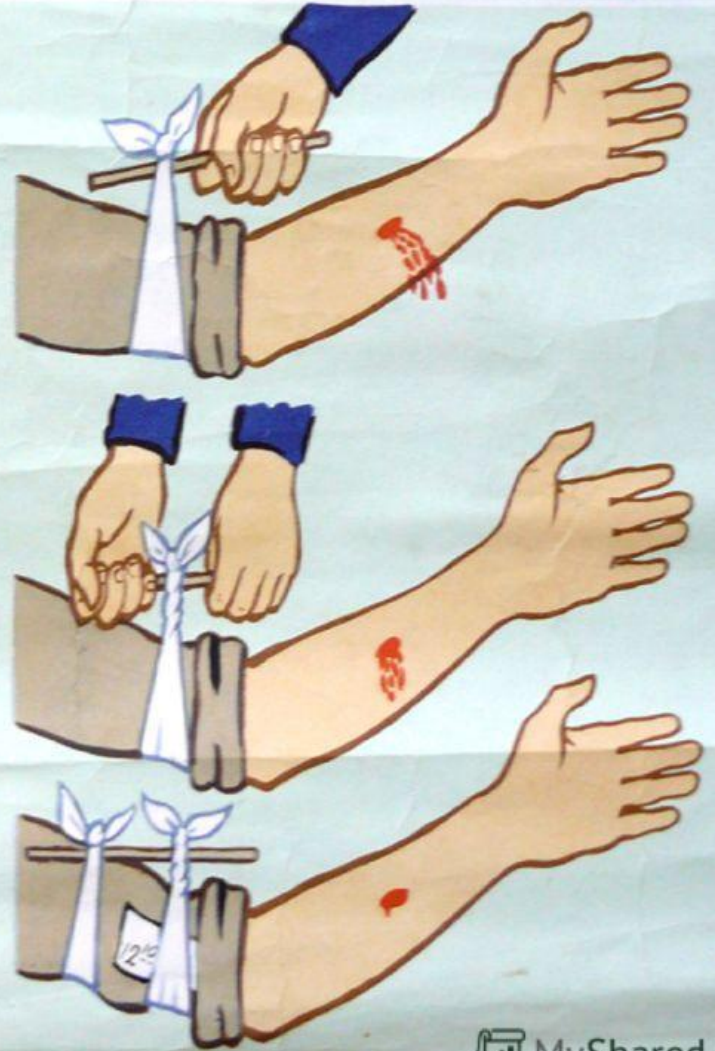
- а - завязывание узла;
- б - закручивание палочкой;
- в - закрепление палочкой



НАЛОЖЕНИЕ КРОВООСТАНАВЛИВАЮЩЕГО ЖГУТА



НАЛОЖЕНИЕ ЗАКРУТКИ



Первая помощь при переломах. Приемы и способы иммобилизации с применением табельных и подручных средств. Способы и правила транспортировки и переноски пострадавших.

Иммобилизация при помощи подручных средств:

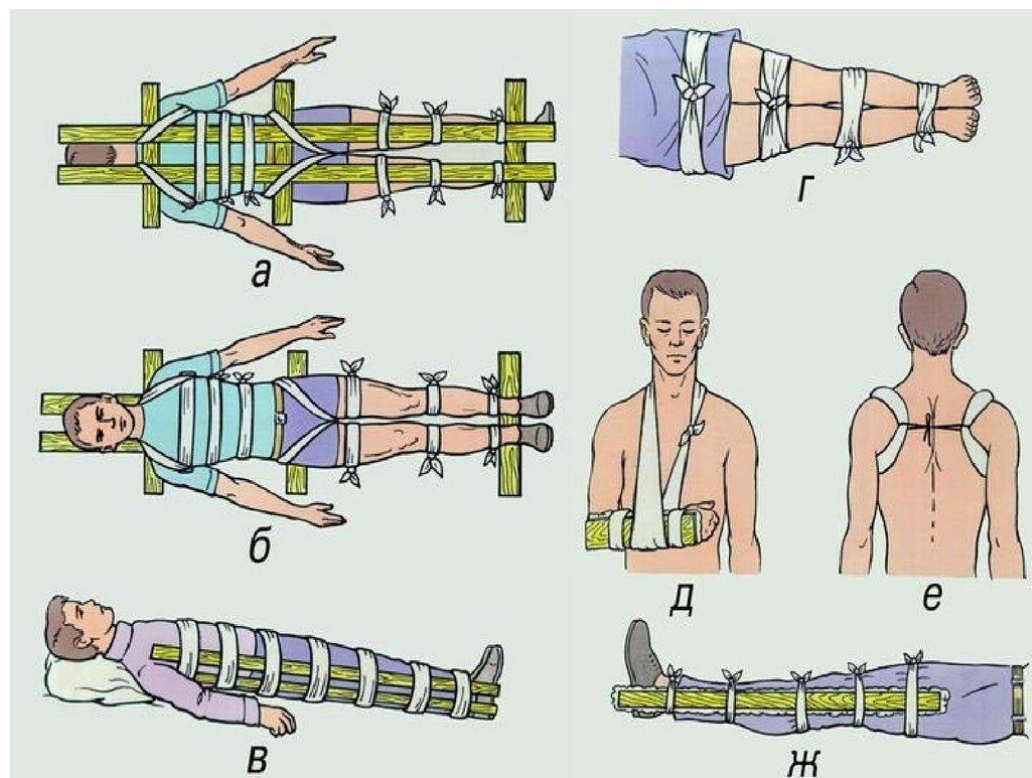
а, б - при переломе позвоночника;

в, г - иммобилизация бедра;

д - предплечья;

е - ключицы;

ж - голени.

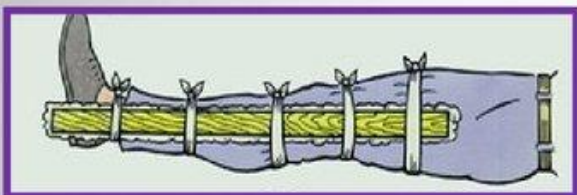


Правила иммобилизации:

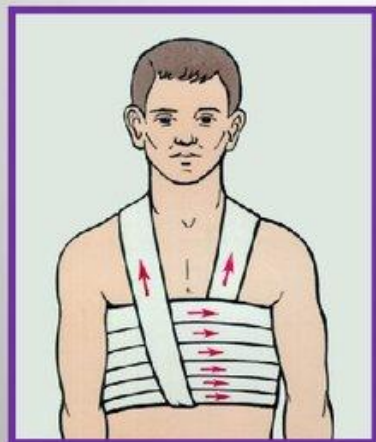
Фиксировать конечность в том положении, в котором она находится после травмы, не пытаясь вправить кость на место

Фиксировать минимум 2 сустава (выше и ниже перелома). При травме бедра и плеча фиксировать 3 сустава

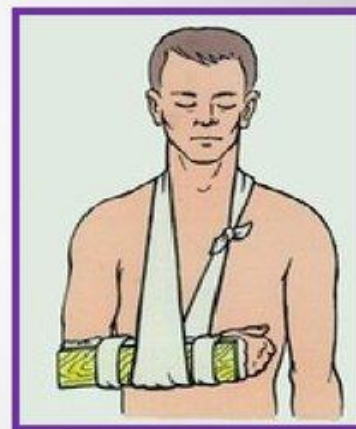
При наложении шины и наличии ран сначала остановить кровотечение и обработать рану



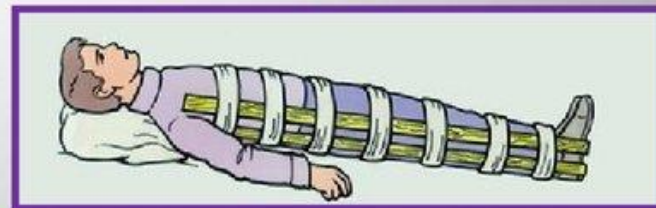
перелом голени



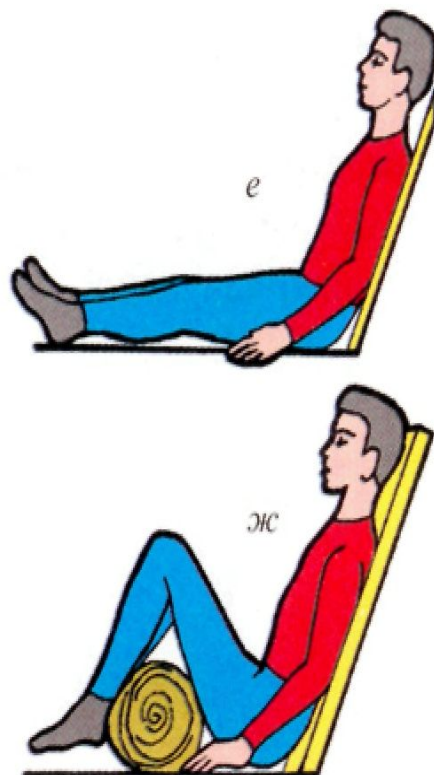
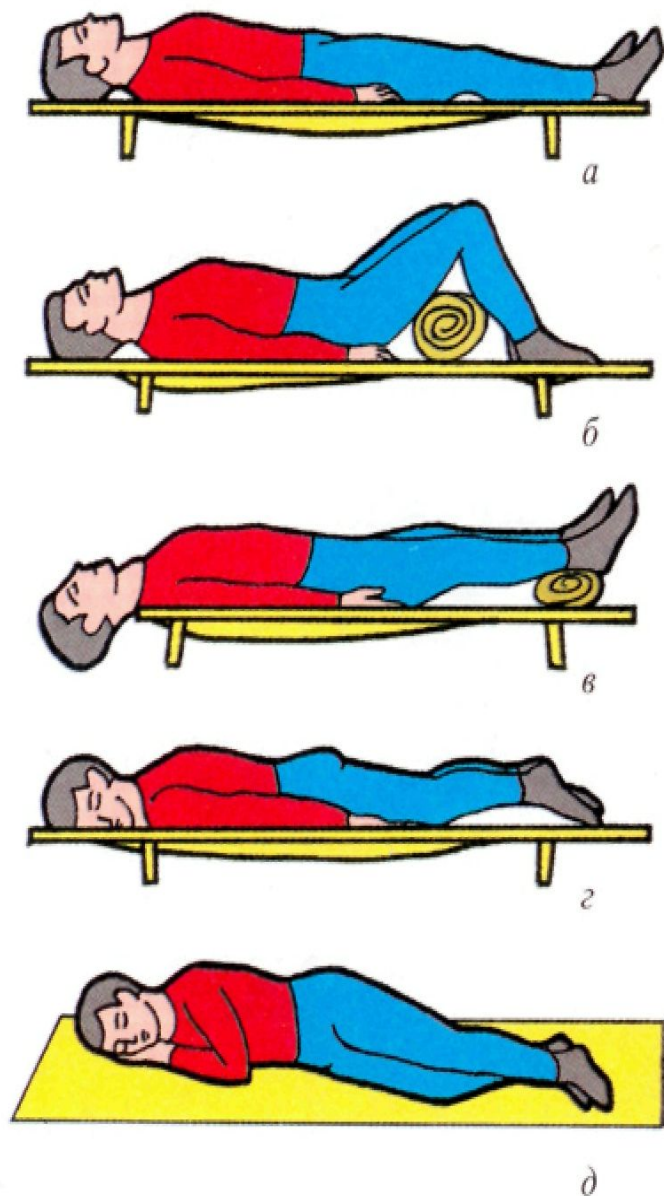
перелом ребер



перелом предплечья



перелом бедра



Положение пострадавшего при транспортировке

а – на спине;

б – на спине с ногами, согнутыми в коленных суставах;

в – на спине с приподнятыми ногами и опущенной головой;

г – на животе;

д – на боку;

е – полусидя;

ж – полусидя с ногами, согнутыми в коленных суставах

ПОМНИТЕ!
 Своевременная и правильная
 транспортировка пострадавшего –
 это спасение его жизни и залог
 быстрого выздоровления.

ТРАНСПОРТИРОВКА ПОСТРАДАВШИХ



На носилках

Способы транспортировки

Лучший способ переноски — на носилках. Носилки ставят рядом с пострадавшим. Носильщики становятся со стороны пострадавшего, подводят руки: один — под голову и спину, другой — под таз и ноги. По команде поднимают пострадавшего и укладывают на носилки. При транспортировке носильщики идут не в ногу; на подъемах несут головой, а на спусках — ногами вперед; носилки держат в горизонтальном положении



С помощью жерди и двух простыней

На спине



На руках, сложенных "замком"



Правила транспортировки

При поднимании пострадавшего с земли нужно становиться со здоровой стороны (где нет раны, перелома, ожога).

Пострадавшего с ранением в затылок и в спину укладывают на бок, с травмой живота — на спину с полусогнутыми коленями, с травмой лица и челюсти — с повернутым на бок лицом, с ранением передней поверхности шеи — в полусидячем положении со склоненной на грудь головой

Первая помощь при ушибах, вывихах, химических и термических ожогах, отравлениях, обморожениях, обмороке, поражении электрическим током, тепловом и солнечном ударах.

1. Прекращение дальнейшего поступления яда в организм



2. Выведение из организма еще не всосавшейся части яда



3. Связывание или обезвреживание яда и затруднение его дальнейшего всасывания, обезвреживание всосавшейся части яда

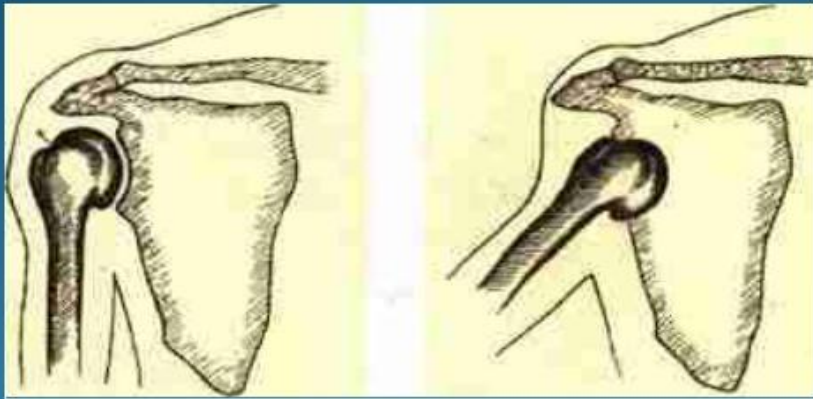


4. Обеспечение осуществления жизненно важных функций организма (дыхание, сердцебиение)

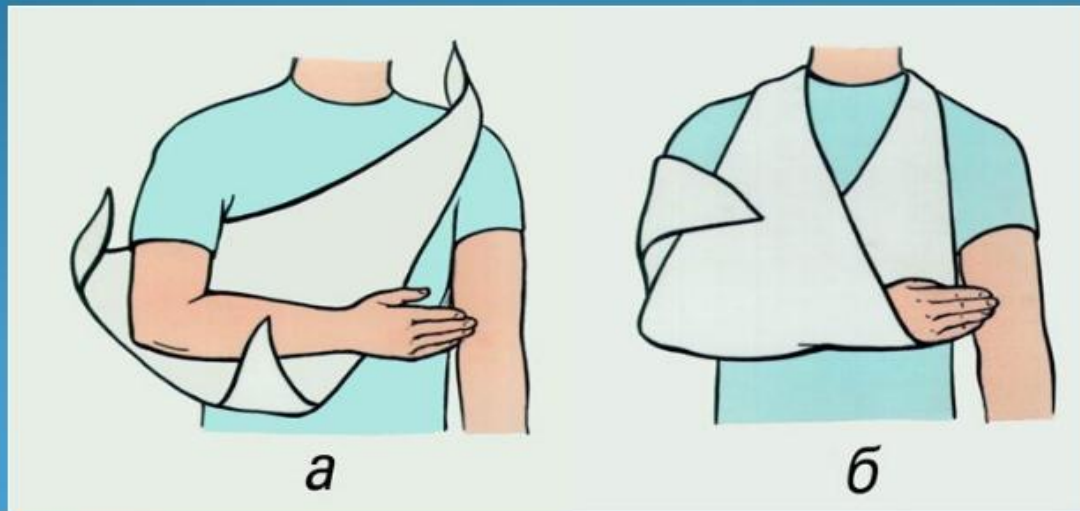


5. Скорейшая транспортировка в специализированное лечебное учреждение

Вывих и первая помощь



Вид сустава при
вывихе



Первая помощь при вывихе:

- ни в коем случае не пытаться вправлять вывихи самостоятельно;
- необходимо зафиксировать травмированную конечность так, чтобы не изменить его положения. Для этого необходимо наложить шины, либо прибинтовать поврежденную конечность к здоровой (рука к туловищу, нога к ноге);
- приложить холод к травме;
- обратиться в травмпункт в течение первых трех часов после получения травмы, в противном случае развивается отек, который затрудняет процесс вправления вывихов;
- при вывихе челюсти сначала необходимо прикрыть рот повязкой во избежание попадания инородных тел в дыхательные пути и придерживать челюсть повязкой.

Вывих отличается от ушибов и растяжений тем, что человек не может двигать ни пальцами, ни ступней....

Первая помощь при ушибе.

- Первое, что необходимо сделать – это приложить холод и давящую повязку для уменьшения боли и кровоизлияния.
 - Если на месте ушиба имеются ссадины, то сначала их необходимо продезинфицировать перекисью водорода, йодом или зеленкой.
- Внимание: сам ушиб йодом не обрабатывается, йод провоцирует прилив крови и отек. Йодом можно обработать только мелкие царапинки. Ушибленной части тела необходимо обеспечить покой.
- При тяжелом ушибе необходимо добиться оттока крови. Для чего руку можно повесить на косынку, а под ногу подложить подушку. И дать покой.
 - В первые сутки прикладывают холод во избежание отека.

Первая помощь при растяжении связок:

- Травмированную конечность необходимо забинтовать (хорошо использовать эластичный бинт, который растягивают на 70%).
- Если сразу не применять бинтование, то это потом будет приводить к постоянным повторным растяжениям.
- При получении растяжения связок необходимо обратиться в травмпункт.

Клещи устроены так, что передвигаться они могут только снизу вверх. Клещи не присасываются куда попало, они будут ползти, пока не найдут теплое уютное местечко на нашем теле с более нежной и тонкой кожей. Обычно клещи любят такие места на нашем теле:

- за ушами и в ушах
 - шея
 - кожа головы под волосами
 - подмышки
 - в пупке и область талии
 - паховая область
 - под коленками
- между пальцами ног**

ЗАЩИТА ОТ КЛЕЩЕЙ:

- 1. Правильно одеваться.**
- 2. Профилактические осмотры.**
- 3. Использование средств от клещей.**
- 4. Правильно выбирайте место для отдыха.**
- 5. При возвращении домой осмотрите свою одежду, только не в доме, а за его пределами. Внимательно осмотрите швы, карманы и любые складки.**

Защищаемся от клещей



Надевайте светлую одежду, на ней хорошо видно клещей, желательна гладкая, за нее им сложнее цепляться

Обязательно надевайте головной убор

Одежда должна быть с длинными рукавами и плотно прилегающими к запястью манжетами

Обработайте одежду акарицидными или репеллентными препаратами

Всегда заправляйте одежду в штаны

Клещи подстерегают жертву сидя на траве, особенно их много вдоль тропинок. Остерегайтесь высокой травы и кустарника, держитесь середины тропы

Надевайте штаны, заправляйте их в носки или высокую и закрытую обувь

© encephalitis.ru

Первая помощь при попадании инородного тела в дыхательные пути:

- 1. Дать возможность пострадавшему откашляться: сильно нагнуть его туловище вперед, нанести несколько интенсивных ударов ладонью между лопаток.**
- 2. Обхватить пострадавшего руками за талию, надавить 4-5 раз в середину живота. В случае отрицательного результата немедленно доставить пострадавшего в лечебное учреждение.**



Аллергия – это не заболевание. Это реакция иммунной системы человека на аллергены, которые вызывают воспалительные процессы. Аллергия может быть сезонной, например, полиноз, который возникает при контакте с пылью, а может быть и круглогодичной.

Причиной аллергии могут служить разные факторы:

- Пыльца**
- Животные (шерсть, слюна, перья, пух, корм для рыбок)**
- Пыль, в которой скапливаются пылевые клещи**
- Лекарственные препараты**
- Пищевые продукты и др.**

Очень важно уметь предотвратить аллергию. Если человек знает, что у него аллергия на продукты питания – отказаться от них раз и навсегда, сезонная аллергия – заранее начать принимать антигистаминные препараты, аллергия на домашних животных или птиц – отказаться от животных.

Правила оказания помощи утопающему. Правила и техника проведения искусственного дыхания и непрямого массажа сердца.

ТЕХНИКА РЕАНИМАЦИИ

ИСКУССТВЕННАЯ ВЕНТИЛЯЦИЯ ЛЕГКИХ



Метод "рот в рот"



Метод "рот в нос"

ТЕХНИКА РЕАНИМАЦИИ

НАРУЖНЫЙ МАССАЖ СЕРДЦА

Если после 3 - 5 искусственных вдохов пульс пострадавшего на сонной артерии не появился, немедленно начинайте наружный массаж сердца.

ЦИКЛ:

Удар в область сердца

Проверка эффективности

Массажные толчки

Удар в область сердца **Массажные толчки**



Положение рук



Вид сверху



МАССАЖНЫЕ ТОЛЧКИ выполняют скрещенными ладонями. Основание одной из них располагают на нижней половине грудины (отступив на два пальца выше мечевидного отростка), пальцы отогнуты вверх. Другую ладонь кладут поверх и делают быстрые надавливания - толчки.

Необходимо постоянно контролировать пульс на сонной артерии

