

**Первая помощь
при наиболее часто
встречающихся
неотложных состояниях**

Общие принципы оказания первой помощи

Первая помощь – это совокупность простых, целесообразных мер по охране здоровья и жизни пострадавшего от травмы или внезапно возникшего заболевания. Правильно оказанная первая помощь сокращает время специального лечения, способствует быстрейшему заживлению ран и часто является решающим моментом при спасении жизни пострадавшего. Первая помощь должна оказываться сразу на месте происшествия быстро и умело еще до прихода врача или до транспортировки пострадавшего в больницу.



Первая помощь при обмороке



Убедиться в наличии пульса на сонной артерии.

Приподнять ноги, расстегнуть ворот сорочки, ослабить галстук и поясной ремень.

Поднести к носу ватку с нашатырным спиртом или надавить на болевую точку.

Если в течение 3 минут сознание не появилось, нужно повернуть пациента на живот и приложить холод к голове.

Во всех случаях обморока необходимо вызвать врача.

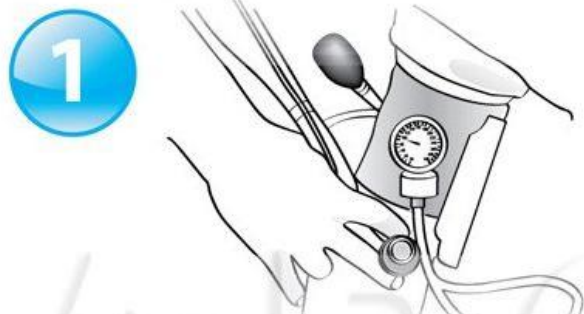
Убедитесь в наличии пульса



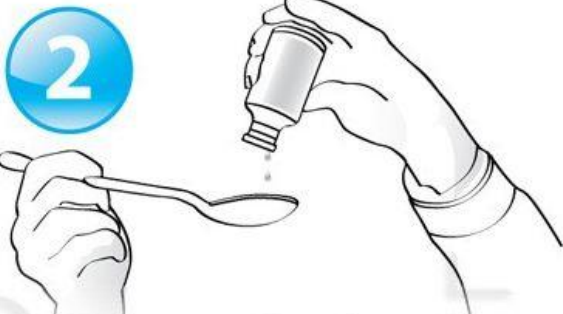
ПОВЫШЕННОЕ ДАВЛЕНИЕ: ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ

«Подскок» артериального давления (**АД**) сопровождается шумом в ушах и в голове, головокружением, головной болью, слабостью, подташниванием. Может появиться неустойчивая походка, ощущение жара, сердцебиение, чувство сжатия за грудиной, нехватки воздуха, нарушения слуха и зрения. Продолжается от нескольких часов до нескольких дней

КАК ПОМОЧЬ



1 **ИЗМЕРЬТЕ АД.** Нормальным можно считать значение не выше **140/90 мм.рт.ст.** Запишите цифры и отметьте время, когда производилось измерение



2 **ДАЙТЕ ЛЮБОЕ УСПОКОИТЕЛЬНОЕ** – несколько капель корвалола, настойки валерьянки или пустырника



3 **ОБЕСПЕЧЬТЕ ПРИТОК СВЕЖЕГО ВОЗДУХА,** расстегните на пациенте воротник, ремни, корсет и другие давящие элементы одежды



4 **ЕСЛИ БОЛЬНОЙ ИСПОЛЬЗУЕТ КАКИЕ-ЛИБО СНИЖАЮЩИЕ ДАВЛЕНИЕ ПРЕПАРАТЫ, ПУСТЬ ПРИМЕТ ВНЕОЧЕРЕДНУЮ ДОЗУ.**

Если «скачок» давления произошел впервые – ограничьтесь **1-2** таблетками папаверина или дибазола. Не давайте новых для пациента таблеток, особенно сильных, даже если они помогают вам или другим людям



5 **УЛОЖИТЕ БОЛЬНОГО В ПОСТЕЛЬ** полусидя или с высокой подушкой под головой. Голова и грудная клетка должны быть выше ног



6 **ОТВЛЕКИТЕ ЧЕЛОВЕКА, ПОГОВОРИТЕ С НИМ** доброжелательным и спокойным тоном



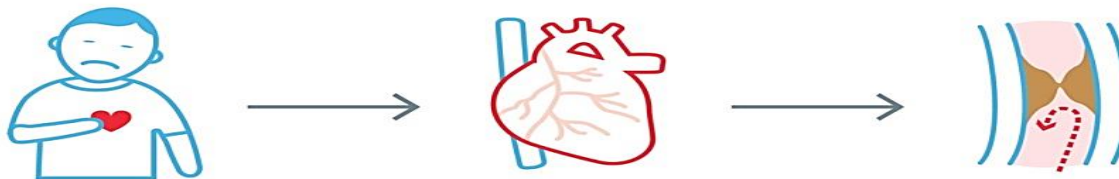
СРОЧНО ВЫЗЫВАЙТЕ «СКОРУЮ»!

- эти мероприятия не дали улучшения в течение часа
- появилась боль за грудиной
- продолжался подъем давления
- возникли нарушения речи или потеря сознания

СЕРДЕЧНЫЙ ПРИСТУП (острый коронарный синдром)

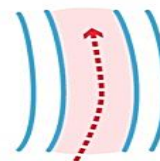
ЧТО ЭТО ТАКОЕ?

Закупорка сосуда, который обеспечивает сердце кровью.



СИМПТОМЫ

Интенсивная боль или чувство жжения в грудной клетке распространяется в левую руку, длится более 20 минут.



 **90 МИНУТ**

**ЗА ЭТО ВРЕМЯ
КРОВОТОК
ДОЛЖЕН БЫТЬ
ВОССТАНОВЛЕН**

ЧТО ДЕЛАТЬ?



**ПОСЛЕ ПОЯВЛЕНИЯ
СИМПТОМОВ
НЕОБХОДИМО СРАЗУ
ЖЕ ОБРАТИТЬСЯ
ЗА МЕДИЦИНСКОЙ
ПОМОЩЬЮ**

1
2
3
4



НЕ САДИТЕСЬ ЗА РУЛЬ!



ВЫЗОВИТЕ СКОРУЮ ПОМОЩЬ

С городского или мобильного: **103**
Единый номер экстренных служб: **112**



РАЗЖУЙТЕ И ПРОГЛОТИТЕ ТАБЛЕТКУ

АСПИРИНА (300–500 мг), если у вас нет аллергии



УСПОКОЙТЕСЬ,

попросите родственников или соседей встретить бригаду скорой помощи

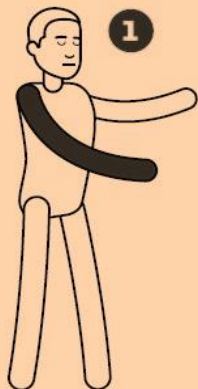


ЛЕКАРСТВА ДЛЯ ЖИЗНИ
www.ldzh.ru



КАК РАСПОЗНАТЬ ИНСУЛЬТ

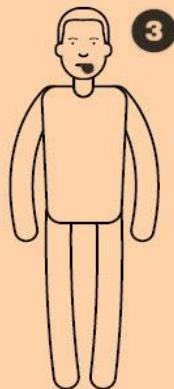
Если наблюдается хотя бы одна из нижеследующих проблем – есть вероятность инсульта. Вызывайте врача!



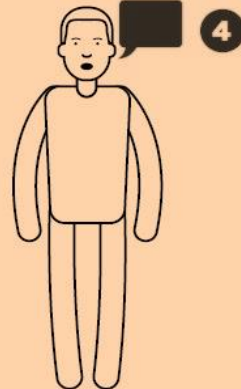
1 Попросите протянуть руки перед собой ладонями вверх с закрытыми глазами. Признак инсульта – одна из рук начинает «уходить» вниз и вбок.



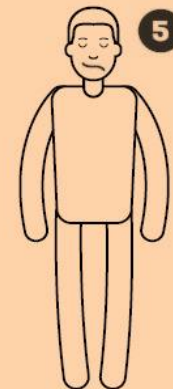
2 Человек не может поднять обе руки над головой. Плохо также, если они поднимаются с неодинаковой скоростью и на неодинаковую высоту.



3 Попросите высунуть язык. При инсульте он изогнут и/или повернут в сторону.



4 Предложите выговорить простое предложение. При инсульте речь напоминает речь очень пьяного человека: ухудшается дикция и/или артикуляция или человек не может точно повторить фразу.



5 Попросите улыбнуться. У человека с инсультом уголки губ будут «смотреть» в разные стороны, улыбка будет кривой.

ЧТО ДЕЛАТЬ ДО ПРИЕЗДА МЕДИКОВ



1 Поднимите голову больного над уровнем тела на 30 градусов. При этом на подушке, свернутом одеяле или одежде должны быть также и плечи, чтобы не ухудшался кровоток по позвоночным артериям.



2 Переверните его на правый бок. Подложите пакет/таз на случай рвоты.



3 Ослабьте стесняющую одежду. Расстегните воротничок, ремень, пуговицы и откройте пошире окна.



4 Измерьте больному давление. При значениях от 140/90 дайте ему выпить его лекарства от гипертонии. Если это невозможно, опустите ноги больного в таз с горячей водой или обложите бутылками с водой 40–43 °С.



5 При неритмичном дыхании начинайте реанимацию. Не ждите потери сознания и пульса: проводите непрерывный массаж сердца 15–20 надавливаний, чередуя его с двумя вдохами рот в рот. На дыхание должно уходить не больше 10 с.



ПРИ КРОВОТЕЧЕНИЯХ

Виды кровотечений

Артериальное



Кровь ярко-красного цвета.
Изливается пульсирующей струей

Венозное

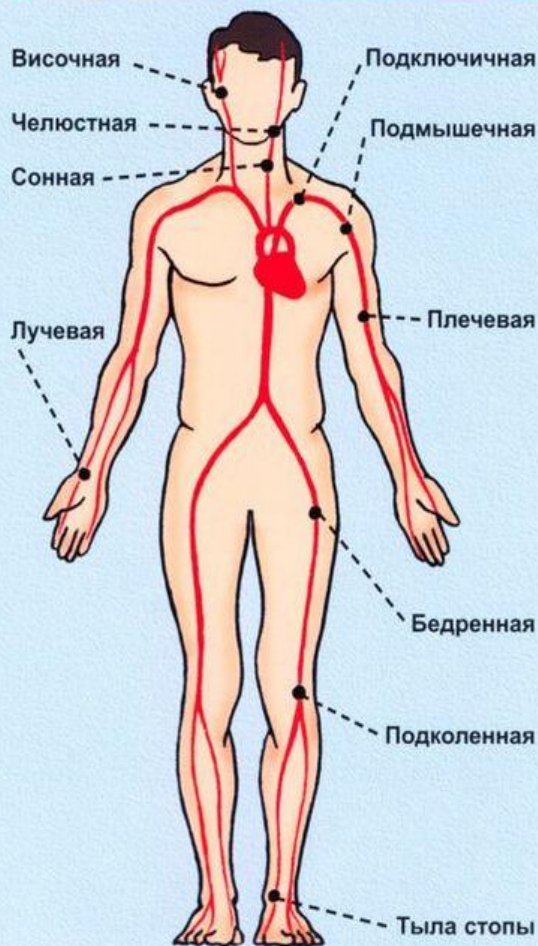


Кровь темно-красного цвета.
Изливается медленной струей

Капиллярное



Точки пальцевого прижатия артерий



Способы остановки кровотечений



Сгибанием конечности

Большое артериальное кровотечение останавливают пальцевым прижатием артерии, а затем накладывают жгут (закрутку).

В качестве закрутки можно использовать подручный материал (галстук, косынку, носовой платок и т.п.)



Наложение резинового жгута



Венозное и капиллярное кровотечение останавливают наложением давящей стерильной повязки



Наложение закрутки



ПРИ ПЕРЕЛОМАХ

Виды переломов

Закрытый



Открытый



Иммобилизация переломов



Ключицы и лопатки



Плечевой кости и костей предплечья



Бедренной кости



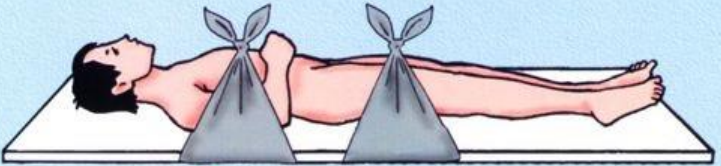
Костей таза



Ребер



Челюсти (працевидная повязка)



Позвочника — на щите.

(На носилки пострадавшего укладывают на живот, подложив под плечи и голову валик)

Задачи первой помощи

- Борьба с шоком, болью, кровотечением
- Предупреждение вторичного микробного загрязнения раны
- Иммобилизация поврежденной конечности
- Подготовка больного к эвакуации

При иммобилизации конечности обязательно обездвижить два сустава, расположенные выше и ниже перелома.

Для иммобилизации используют специальные шины, а также подручные средства (доски, палки, лыжи, зонтик, трость, лопату и т.д.)



Солнечный удар:

Носовое кровотечение
Потеря сознания
Тошнота

Тепловой удар:

Головная боль
Потемнение в глазах
Покраснение кожи
Тошнота

Что делать?



Вызвать «скорую»



Перенести пострадавшего в тень



Освободить от лишней одежды, расслабить ремень



Обтереть тело холодной водой



Холодный компресс на лоб



Дать пострадавшему пить

Скорая помощь при обморожении



Нельзя:



Растирать обмороженные участки снегом или шерстью



Греть их в горячей воде, над открытым пламенем, на горячем радиаторе отопления



Принимать горячую ванну

Можно:



Выпить рюмку вина



Наложить теплоизолирующую повязку - шерстяной платок или шарф



Выпить горячего чая с лимоном, малиной, медом



Обратиться за медицинской помощью в ближайшее ожоговое отделение

Что делать при ударе электрическим током

Отключить ток (выключить тумблер на распределительном щитке).

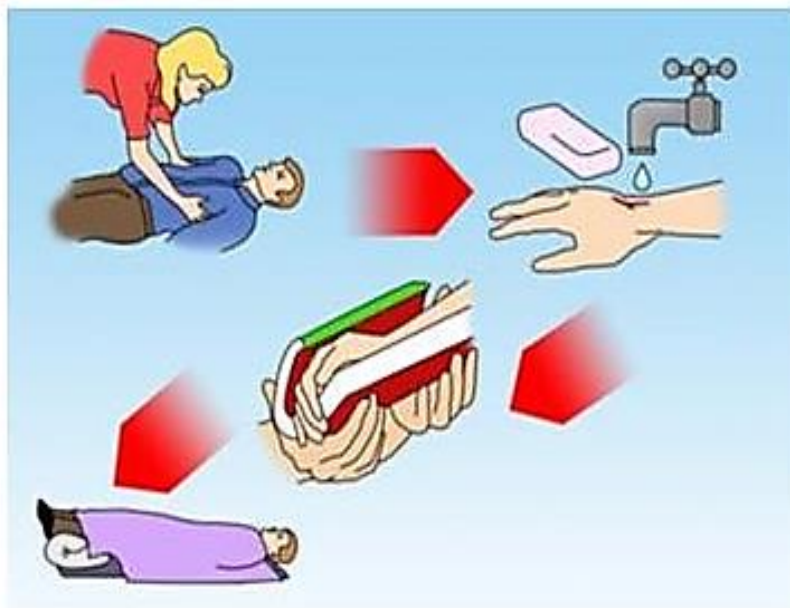
Освободить пострадавшего от воздействия тока (провода), используя подручные средства, которые не являются проводниками электрического тока.

Осмотреть пострадавшего и оказать ему помощь в зависимости от тяжести поражения.

Немедленно вызвать скорую помощь!!!



Первая помощь при укусе ядовитых змей и насекомых



- В первые минуты после укуса следует попытаться отсосать часть яда из раны. Отсасываемую кровянистую жидкость надо сразу же сплевывать. Отсасывание не могут проводить люди, у которых во рту имеются язвы или ссадины. Затем из подручных материалов на пораженную конечность накладывают шину и принимают меры для экстренной транспортировки пострадавшего в лечебное учреждение. Во время транспортировки на место укуса рекомендуется класть холод, давать пострадавшему пить как можно больше, чтобы уменьшить концентрацию яда в организме и способствовать его выделению с мочой.

Бытовые отравления



- Пищевые
- Ядохимикатами
- Светильным и угарным газами
- Кислотами и щелочами
- Лекарственными препаратами и алкоголем



Что делать?

Пищевые отравления

- 1) Промыть желудок;
- 2) выпить крепкого сладкого чая;
- 3) лечь в постель



Симптомы: тошнота, рвота, боли в животе, расстройство кишечника, слабость

Чтобы промыть желудок, надо маленькими глотками выпить около 2-х литров чуть теплой воды. После чего указательным и средним пальцами правой руки раздражать корень языка, пока вода с пищей не выйдет наружу. Процедуру повторять, пока не будет выходить чистая вода.

Отравление

Кроме того, распространены случайное или намеренное отравление лекарственными препаратами, а также алкогольные интоксикации.

В этих случаях первая помощь состоит из следующих шагов:

1. Промойте пострадавшему желудок. Для этого заставьте его выпить несколько стаканов подсоленной воды (на 1 литр 10 грамм соли и 5 грамм соды). После 2-3 стаканов вызовите у пострадавшего рвоту. Повторяйте эти действия, пока рвотные массы не станут «чистыми».

Промывание желудка возможно только, если пострадавший в сознании.

2. Растворите в стакане воды 10-20 таблеток активированного угля, дайте выпить это пострадавшему.
3. Дождитесь приезда специалистов.



Первая помощь при отравлении угарным газом и бытовым газом

- **НЕМЕДЛЕННО** покинуть помещение;
- Если в помещении присутствует сильный запах бытового газа, необходимо незамедлительно открыть все окна, входные двери для проветривания. Обязательно проверить состояние всех включенных газовых приборов;
- Не дотрагиваться до выключателей, так как может произойти взрыв;
- Рот и нос прикрыть платком;
- Вызовите скорую медицинскую помощь по телефону «103».
- Разотрите энергичными движениями тело пострадавшего.
- На голову и грудь положите холодный компресс.
- Если пострадавший в сознании, напоите его теплым чаем, кофе.

Будьте
здоровы и
счастливы!