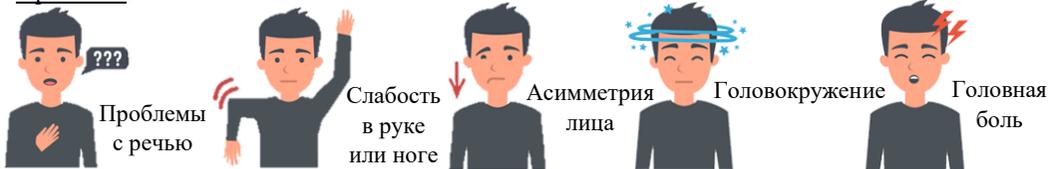


Помощь при инсульте:

Признаки:



Как помочь:

1. Незамедлительно вызовите скорую медицинскую помощь.
2. Обеспечьте покой и тепло.
3. Следите, чтобы дыхательные пути были свободными.
4. Переведите его в стабильное боковое положение и продолжайте наблюдать за состоянием до прибытия медиков.

Помощь при инфаркте:

Признаки:

- Сжимающая, давящая боль за грудиной, боль отдает в руку, в челюсть.
- Затрудненное дыхание.
- Тошнота.
- Потоотделение.

Как помочь:

1. Незамедлительно вызовите скорую медицинскую помощь.
2. Уложить больного, обеспечить покой.
3. Обеспечить поступление кислорода (открыть окно).
4. Обеспечить тепло.

Как собрать аптечку для оказания первой помощи:

- Холодовые элементы;
- Абсорбирующие препараты (энтеросгель, активированный уголь, полисорб);
- Йод, перекись водорода;
- Маска медицинская одноразовая;
- Перчатки медицинские нестерильные;
- Устройство для проведения искусственного дыхания "Рот-Устройство-Рот";
- Жгут кровоостанавливающий;
- Бинт марлевый медицинский (5 м x 10 см; 7 м x 14 см) или бинт фиксирующий эластичный нестерильный (2 м x 10 см; 2 м x 14 см);
- Салфетки медицинские стерильные (16 x 13 см N 10);
- Лейкопластырь фиксирующий рулонный (2 x 500 см);
- Покрывало спасательное изотермическое (160 x 210 см);
- Ножницы для разрезания перевязочного материала и ткани;
- Инструкция по оказанию первой помощи с использованием аптечки;
- Блокнот формата не менее А7;
- Маркер черный (синий) или карандаш.



112

КОГДА
НУЖНА
СКОРАЯ

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ

СВОИМИ РУКАМИ

ОБУЧЕНИЕ ОКАЗАНИЮ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ ДЛЯ СЛУШАТЕЛЕЙ ТРЕТЬЕЙ СТУПЕНИ



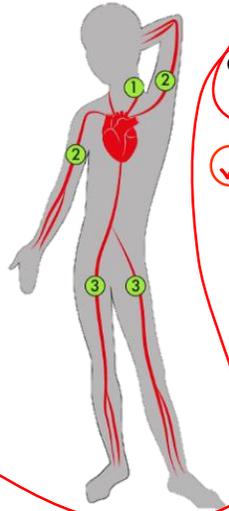
г. Стерлитамак 2024г.

Внимание!

Перед оказанием помощи убедитесь, что вам ничего не угрожает. Если есть возможность, устраните угрозу и обеспечьте себя средствами индивидуальной защиты.

Помощь при кровотечении:

✓ Для остановки кровотечения прижмите артерии в следующих точках:



✓ Обработайте рану раствором антисептика



и наложите асептическую повязку

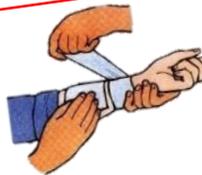
✓ Прижмите артерию фиксированием конечности в определённом положении



✓ Придайте конечности возвышенное положение



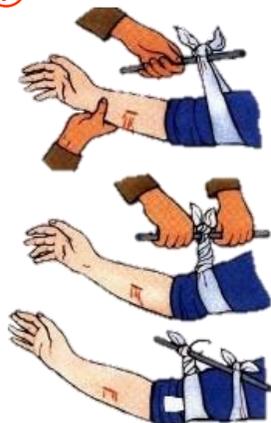
✓ Наложите давящую повязку



✓ Или наложите жгут, который может находиться в вашей автомобильной аптечке

Важно! Жгут накладывают летом не более чем на 1,5-2 ч, зимой не более чем на 0,5-1 ч. Каждые 20 мин жгут необходимо ослаблять на некоторое время.

✓ Наложите повязку, которую необходимо закрутить



1 Приподнимите конечность и подложите ткань



3 Сделайте ещё 2-3 тура

2 Наложите жгут выше раны и убедитесь, что кровотечение остановилось



4 Зафиксируйте жгут

Помощь при остановке дыхания и сердцебиения:

1. Проверьте наличие сознания пострадавшего:

✓ Потрясите и спросите, всё ли в порядке.

✓ Проверьте наличие пульса (почувствуйте пульсацию на сонной артерии) и дыхания (запрокиньте голову пострадавшему, приблизьтесь ухом к его губам, глазами наблюдайте за движением грудной клетки).

Посмотреть

Послушать

Почувствовать

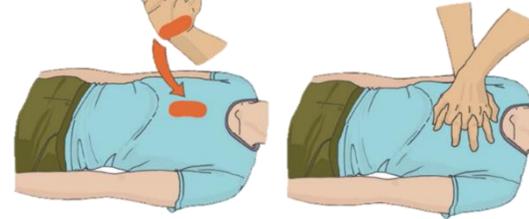


2. Позовите на помощь (например, «Помогите, человеку плохо!»).

3. Если нет дыхания и пульса, немедленно вызовите медицинскую скорую помощь.

4. **СЛЕДУЙТЕ КОМАНДАМ ДИСПЕТЧЕРА СКОРОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ!**

Определите точку компрессии:



Разместите основание одной ладони на середину грудной клетки пострадавшего, вторую ладонь положите на первую, соединив пальцы обеих рук в замок.

1. Сделайте два вдоха с помощью метода «рот в рот» или «рот в нос».

2. Выполняйте 30 компрессий с частотой 100-120 в минуту, глубина компрессий — около 5 см.

3. После 30 компрессий снова сделайте 2 вдоха.

4. Контролируйте пульс на сонной артерии, чтобы определить успешность реанимации.

5. Продолжайте СЛР до прибытия скорой помощи или до восстановления дыхания и пульса.

6. Если пострадавший начал дышать или у него восстановилось сознание, переведите его в стабильное боковое положение и продолжайте наблюдать за состоянием до прибытия медиков.



30

2

Помощь при судорожном приступе:

Если у человека случился судорожный приступ (упал, сильно трясет) в вашем присутствии:



- не препятствуя судорожным движениям, уложите больного на плоскую поверхность, под голову подложить что-то мягкое (куртка, сумка, подушка) и придержите её.
- вызовите медицинскую скорую помощь.
- при рвоте удерживайте пострадавшего в положении на боку.
- не пытайтесь разжать пострадавшему челюсть и ничего не засовывайте в рот.
- после окончания судорог обеспечьте проходимость дыхательных путей (снимите вставную челюсть, очистите ротовую и носовую полость от крови и других инородных тел), придайте пострадавшему **устойчивое боковое положение**.
- не тревожьте пострадавшего после приступа, в случае наступления сна, дайте ему выспаться.
- находитесь возле пострадавшего до окончания приступа или до прибытия



Устойчивое боковое положение

Помощь при аллергических реакциях:

Укусы насекомых, продукты питания, пыльца, лекарства и т.д.

Признаки:

- Чихание и кашель, заложенность носа;
- Слезотечение и зуд глаз;
- Кожные высыпания, покраснение;
- Затрудненное дыхание;
- Тошнота и рвота.

Как помочь:

5. Незамедлительно вызовите скорую медицинскую помощь.
6. Уложите больного, приподнимите ноги.
7. Дайте противоаллергический препарат (супрастин, цитрин, тавегил).



Помощь при травмах:

Если человек получил травму руки или ноги (перелом, сильный ушиб):

1. Остановите кровотечение (если оно имеется).
2. Зафиксируйте конечность, помогите принять удобное положение.
3. Вызовите скорую медицинскую помощь.



Основные признаки переломов:

- резкая боль, усиливающаяся при движении;
- припухлость;
- гематома;
- деформация конечности;
- ненормальная подвижность в месте перелома;

Основные признаки ушибов и растяжений:

- боль;
- отёк мягких тканей;
- гематома;
- нарушение функции конечности.

Основные признаки вывихов:

- боль;
- отёк мягких тканей;
- деформация в области сустава;
- вынужденное положение конечности;
- невозможность движения в суставе.



Действия при ушибе, растяжении, разрыве:

- наложите давящую повязку;
- приложите холод;
- наложите транспортную шину.

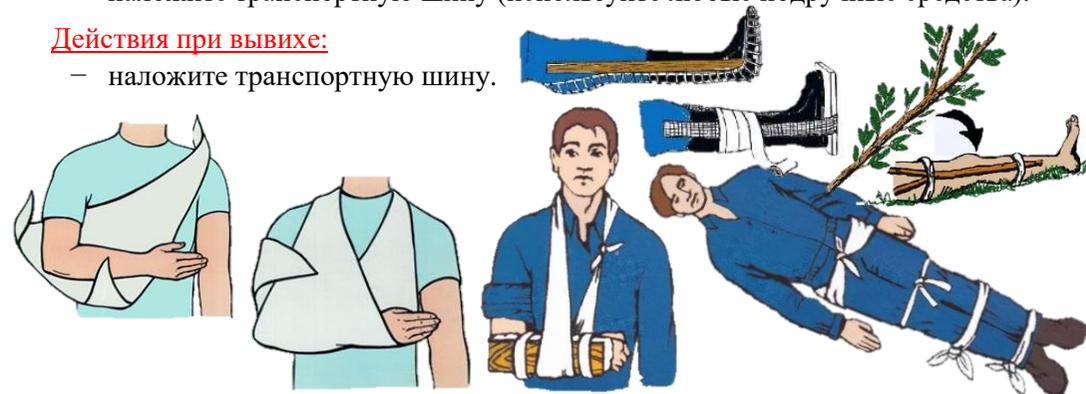


Действия при переломе:

- приложите холод;
- при открытых переломах: остановите кровотечение, обработайте кожу вокруг раны, наложите асептическую повязку;
- наложите транспортную шину (используйте любые подручные средства).

Действия при вывихе:

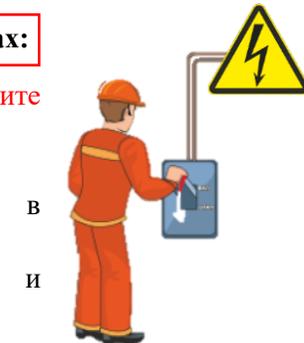
- наложите транспортную шину.



Помощь при ожогах:



1. Прекратите воздействие высокой температуры.
2. При небольшом ожоге обожжённый участок поместите под холодную воду на 10-15 минут (при обширных ожогах этого делать нельзя!).
3. Одежду в местах ожога разрежьте и наложите асептическую повязку (вату накладывать нельзя!).
4. Вызвать скорую медицинскую помощь.



Помощь при электротравмах:

1. Не приближайтесь к пострадавшему пока не отключите электричество (автомат, щиток).
2. Вызовите медицинскую скорую помощь (112, 103).
3. Если пострадавший в сознании переведите его в устойчивое боковое положение.
4. Если у пострадавшего отсутствует дыхание и сердцебиение – и приступайте к СЛР.

Помощь при отравлении:

Как помочь:

1. Немедленно промойте желудок путём приема воды (1,5-2 л) и вызыванием искусственной рвоты путём раздражения корня языка.
2. Вызовите скорую медицинскую помощь.



Признаки:



При отравлении угарным газом:

Выведите пострадавшего на улицу и положите на спину.
 Дайте ему свободно дышать (снимите одежду, если она стесняет грудную клетку).
 Убедитесь в наличие дыхания. Если дыхания не слышно или оно едва заметное, проведите искусственное дыхание.

Категорически нельзя

- наносить на обожжённое место мазь, крем, растительное масло, присыпать порошками;
- прокалывать пузыри;
- снимать остатки одежды с ожоговой поверхности;
- при ожоге полости рта давать пить и есть.

Помощь, когда подавился:

Если человек подавился, дайте ему возможность прокашляться, позволяя самостоятельно избавиться от инородного тела в дыхательных путях.

Если же это не помогло и человек уже не может дышать, необходимо наклонить пострадавшего вперед и произвести 5 ударов между лопатками основанием ладони.

Если и это не помогло сожмите одну руку в кулак и расположите выше пупка пострадавшего, другой рукой захватите сжатый кулак, и толчкообразно надавите на живот по направлению внутрь и кверху.



Помощь при тепловом ударе:

Признаки:



Переместите пострадавшего в тень или прохладное место, уложите и приподнимите ноги, подложив под них подручные средства.

Дайте пострадавшему прохладное питье и положите на голову холодный компресс.

При потере сознания поднесите к носу ватку, смоченную нашатырным спиртом на расстоянии 3-5 см от лица, вызовите медицинскую скорую помощь.



Помощь при переохлаждении и обморожении:



- Как можно быстрее доставьте пострадавшего в теплое помещение.
- Дайте обильное горячее питье.
- Переоденьте в сухую одежду, укутайте в теплое одеяло.
- Укутайте обмороженные участки тела в несколько слоев.

НО! Категорически нельзя растирать обмороженные участки снегом, маслом, вазелином и пр.; быстро отогревать обмороженные участки (у костра, горячей водой); употреблять спиртное.