|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| |  |  | | --- | --- | | [[http://img.rg.ru/img/rg_logo_bw.gif](http://www.rg.ru/)](http://www.rg.ru/) | http://www.rg.ru/2010/12/25/pomosh.html | |
| http://img.rg.ru/img/dot.gif |
| http://img.rg.ru/img/dot.gif |
| http://img.rg.ru/img/dot.gif |
| **Оказание первой помощи пострадавшим**  Практическое пособие от МЧС России |
| http://www.rg.ru/pril/article/44/42/05/plakat.jpg Фото:**Виктор Васенин**  *Пособие МЧС России поможет не растеряться в трудной ситуации участникам ДТП, очевидцам сердечного приступа у больного человека. В книжке перечислены и алгоритмы оказания первой помощи при травматических повреждениях и неотложных состояниях. Таких, как наружное кровотечение при травмах, ранение живота, проникающее ранение грудной клетки, переломы костей и термические ожоги, а также переохлаждение и отморожение. Читатели узнают, как следует правильно вести себя, чтобы на деле помочь тому, кто поражен электрическим током или наглотался воды в реке, а может, стал жертвой серьезного отравления. В пособии есть и рекомендации помощи в случае травм и химических ожогов глаз, укусов ядовитых змей, насекомых, а также при тепловых и солнечных ударах.*  **1. Первоочередные действия при оказании первой помощи больным и пострадавшим**  *В первую очередь помощь оказывают тем, кто задыхается, у кого обильное наружное кровотечение, проникающее ранение грудной клетки или живота, кто находится в бессознательном или тяжелом состоянии.*   |  |  | | --- | --- | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh001.gif | Убедись, что тебе и пострадавшему ничто не угрожает. Используй медицинские перчатки для защиты от биологических жидкостей пострадавшего. Вынеси (выведи) пострадавшего в безопасную зону. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh002.gif | Определи наличие пульса, самостоятельного дыхания, реакции зрачков на свет. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh003.gif | Обеспечь проходимость верхних дыхательных путей. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh004.gif | Восстанови дыхание и сердечную деятельность путем применения искусственного дыхания и непрямого массажа сердца. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh005.gif | Останови наружное кровотечение. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh006.gif | Наложи герметизирующую повязку на грудную клетку при проникающем ранении. |   *Только после остановки наружного кровотечения, восстановления самостоятельного дыхания и сердцебиения делай следующее:*   |  |  | | --- | --- | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh007.gif | Вызови (самостоятельно или с помощью окружающих) "скорую помощь". Наложи асептическую (чистую) повязку на раны. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh008.gif | Обеспечь неподвижность частей тела в местах перелома. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh009.gif | Приложи холод к больному месту (ушиба, перелома, ранения). | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh010.gif | Уложи в сохраняющее положение, защити от переохлаждения, дай теплое подсоленное или сладкое питье (не поить и не кормить при отсутствии сознания и травме живота). |   **2. Порядок проведения сердечно-легочной реанимации**  **2.1. Правила определения наличия пульса, самостоятельного дыхания и реакции зрачков на свет (признаки "жизни и смерти")**   |  |  | | --- | --- | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh011.gif | Определи наличие пульса на сонной артерии. (Пульс есть - пострадавший жив.) | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh012.gif | Прислушайся к дыханию, установи наличие или отсутствие движений грудной клетки. (Движение грудной клетки есть - пострадавший жив.) | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh013.gif | Определи реакцию зрачков на свет, приподнимая верхнее веко обоих глаз. (Зрачки на свету сужаются - пострадавший жив.) |   *К реанимации приступай только при отсутствии признаков жизни (пункты 1-2-3).*  **2.2. Последовательность проведения искусственной вентиляции легких**   |  |  | | --- | --- | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh014.gif | Обеспечь проходимость верхних дыхательных путей. С помощью марли (платка) удали круговым движением пальцев из полости рта слизь, кровь, иные инородные предметы. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh015.gif | Запрокинь голову пострадавшего.(Приподними подбородок, удерживая шейный отдел позвоночника.) Не выполнять при подозрении на перелом шейного отдела позвоночника! | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh016.gif | Зажми нос пострадавшего большим и указательным пальцами. Используя устройство для искусственной вентиляции легких типа "рот-устройство-рот", герметизируй полость рта, произведи два максимальных, плавных выдоха ему в рот. Дай две-три секунды на каждый пассивный выдох пострадавшего. Контролируй, приподнимается ли грудь пострадавшего при вдохе и опускается ли при выдохе. |   **2.3. Правила проведения закрытого (непрямого) массажа сердца**   |  |  | | --- | --- | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh017.gif | Определи место расположения мечевидного отростка, как показано на рисунке. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh018.gif | Определи точку компрессии на два поперечных пальца выше мечевидного отростка, строго по центру вертикальной оси. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh019.gif | Положи основание ладони на точку компрессии. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh020.gif | Компрессии проводи строго вертикально по линии, соединяющей грудину с позвоночником. Компрессии выполняй плавно, без резких движений, тяжестью верхней половины своего тела. |   Глубина продавливания грудной клетки должна быть не менее 3-4 см, 100-110 надавливаний в 1 минуту.   |  |  | | --- | --- | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh021.gif | - детям грудного возраста массаж производят ладонными поверхностями второго и третьего пальцев; - подросткам - ладонью одной руки; - у взрослых упор делается на основании ладоней, большой палец направлен на голову (на ноги) пострадавшего. Пальцы приподняты и не касаются грудной клетки. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh022.gif | Чередуй два "вдоха" искусственной вентиляции легких (ИВЛ) с 15 надавливаниями, независимо от количества человек, проводящих реанимацию. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh023.gif | Контролируй пульс на сонной артерии, реакцию зрачков на свет (определение эффективности реанимационных мероприятий). |   **Проводить закрытый массаж сердца нужно только на твердой поверхности!**  **2.4. Удаление инородного тела из дыхательных путей приемом Геймлиха**  Признаки: *Пострадавший задыхается (судорожные дыхательные движения), не способен говорить, внезапно становится синюшным, может потерять сознание.*  *Дети часто вдыхают части игрушек, орехи, конфеты.*   |  |  | | --- | --- | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh024.gif | Положи младенца на предплечье левой руки, ладонью правой руки хлопни 2-3 раза между лопатками. Переверни младенца вниз головой и подними его за ноги. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh025.gif | Обхвати пострадавшего сзади руками и сцепи их в "замок" чуть выше его пупка, под реберной дугой. С силой резко надави - сложенными в "замок" кистями - в надчревную область. Повтори серию надавливаний 3 раза. Беременным женщинам сдавливать нижние отделы грудной клетки. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh026.gif | Если пострадавший без сознания, сядь сверху на бедра, обеими ладонями резко надави на реберные дуги. Повтори серию надавливаний 3 раза. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh027.gif | Извлеки посторонний предмет пальцами, обернутыми салфеткой, бинтом.Перед извлечением инородного тела изо рта пострадавшего, лежащего на спине, необходимо повернуть голову набок. |   **ЕСЛИ В ХОДЕ РЕАНИМАЦИИ САМОСТОЯТЕЛЬНОЕ ДЫХАНИЕ, СЕРДЦЕБИЕНИЕ НЕ ВОССТАНАВЛИВАЮТСЯ, А ЗРАЧКИ ОСТАЮТСЯ ШИРОКИМИ В ТЕЧЕНИЕ 30-40 МИНУТ И ПОМОЩИ НЕТ, СЛЕДУЕТ СЧИТАТЬ, ЧТО НАСТУПИЛА БИОЛОГИЧЕСКАЯ СМЕРТЬ ПОСТРАДАВШЕГО.**  **3. Алгоритмы оказания первой помощи пострадавшим при травматических повреждениях и неотложных состояниях**  **3.1. Первая помощь при наружном кровотечении**   |  |  | | --- | --- | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh028.gif | Убедись, что ни тебе, ни пострадавшему ничто не угрожает, надень защитные (резиновые) перчатки, вынеси (выведи) пострадавшего за пределы зоны поражения. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh029.gif | Определи наличие пульса на сонных артериях, наличие самостоятельного дыхания, наличие реакции зрачков на свет. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh030.gif | При значительной кровопотере уложить пострадавшего с приподнятыми ногами. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh031.gif | Останови кровотечение! *Вызови (самостоятельно или с помощью окружающих) "скорую помощь".* | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh032.gif | Наложи (чистую) асептическую повязку. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh033.gif | Обеспечь неподвижность поврежденной части тела. Положи холод (пакет со льдом) на повязку над раной (на больное место). | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh034.gif | Придай пострадавшему устойчивое боковое положение. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh035.gif | Защити пострадавшего от переохлаждения, дай обильное теплое сладкое питье. |   **Точки прижатия артерий**   |  |  | | --- | --- | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh036.gif | 1.Височная 2.Челюстная 3.Сонная 4.Лучевая 5.Плечевая 6.Подмышечная 7.Бедренная 8.Большеберцовая На конечностях точка прижатия артерии к кости должна быть выше места кровотечения. На шее и голове - ниже раны или в ране (прижать пальцем). |   **3.2. Способы временной остановки наружного кровотечения**  **Зажать кровоточащий сосуд (рану)**   |  |  | | --- | --- | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh037.gif | Артерию следует сильно прижать мякотью двух-четырех пальцев или кулаком к близлежащим костным образованиям до исчезновения пульса. |   Пальцевое прижатие артерии болезненно для пострадавшего и требует большой выдержки и силы от оказывающего помощь. До наложения жгута не отпускай прижатую артерию, чтобы не возобновилось кровотечение. Если начал уставать, попроси кого-либо из присутствующих прижать твои пальцы сверху.  **Наложить давящую повязку или выполнить тампонаду раны**   |  |  | | --- | --- | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh038.gif | Удерживая зажатым сосуд, наложи давящую повязку из сложенных асептических (чистых) салфеток или нескольких туго свернутых слоев марлевого бинта. Тампонада раны: в рану плотно "набить" стерильный бинт, полотенце и т.д., затем прибинтовать к ране. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh039.gif | Если давящая повязка промокает, поверх нее наложи еще несколько плотно свернутых салфеток и крепко надави ладонью поверх повязки. |   **Наложить кровоостанавливающий жгут**  *Жгут - крайняя мера временной остановки артериального кровотечения.*   |  |  | | --- | --- | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh040.gif | Наложи жгут на мягкую подкладку (элементы одежды пострадавшего) выше раны как можно ближе к ней. Подведи жгут под конечность и растяни. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh041.gif | Затяни первый виток жгута и проверь пульсацию сосудов ниже жгута или убедись, что кровотечение из раны прекратилось, а кожа ниже жгута побледнела. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh042.gif | Наложи последующие витки жгута с меньшим усилием, накладывая их по восходящей спирали и захватывая предыдущий виток. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh043.gif | Вложи записку с указанием даты и точного времени под жгут. Не закрывай жгут повязкой или шиной. На видном месте - на лбу - сделай надпись "Жгут" (маркером). |   *Срок нахождения жгута на конечности 1 час, по истечении которого жгут следует ослабить на 10-15 минут, предварительно зажав сосуд, и снова затянуть, но не более чем на 20-30 минут.*  **Остановка наружного кровотечения жгутом-закруткой (более травматичный способ временной остановки кровотечения!)**   |  |  | | --- | --- | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh044.gif | Наложи жгут-закрутку (турникет) из узкосложенного подручного материала (ткани, косынки, веревки) вокруг конечности выше раны поверх одежды или подложив ткань на кожу и завяжи концы его узлом так, чтобы образовалась петля. Вставь в петлю палку (или другой подобный предмет) так, чтобы она находилась под узлом. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh045.gif | Вращая палку, затяни жгут-закрутку (турникет) до прекращения кровотечения. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh046.gif | Закрепи палку бинтом во избежание ее раскручивания. **Каждые 15 минут ослабляй жгут во избежание омертвения тканей конечности.** Если кровотечение не возобновляется, оставь жгут распущенным, но не снимай его на случай возникновения повторного кровотечения. |   **3.3. Первая помощь при ранении живота**   |  |  | | --- | --- | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh047.gif | Нельзя вправлять выпавшие органы в брюшную полость. Запрещено пить и есть! Для утоления чувства жажды смачивай губы. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh048.gif | Вокруг выпавших органов положи валик из марлевых бинтов (защити выпавшие внутренние органы). | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh049.gif | Поверх валиков наложи асептическую повязку. Не прижимая выпавшие органы, прибинтуй повязку к животу. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh050.gif | Наложи холод на повязку. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh051.gif | Защити пострадавшего от переохлаждения. Укутай теплыми одеялами, одеждой. |   *Вызови (самостоятельно или с помощью окружающих) "скорую помощь", обеспечь доставку пострадавшего в лечебное учреждение.*  **3.4. Первая помощь при проникающем ранении грудной клетки**  *Признаки: кровотечение из раны на грудной клетке с образованием пузырей, подсасывание воздуха через рану.*   |  |  | | --- | --- | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh052.gif | При отсутствии в ране инородного предмета прижми ладонь к ране и закрой в нее доступ воздуха. Если рана сквозная, закрой входное и выходное раневые отверстия. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh053.gif | Закрой рану воздухонепроницаемым материалом (герметизируй рану), зафиксируй этот материал повязкой или пластырем. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh054.gif | Придай пострадавшему положение "полусидя". Приложи холод к ране, подложив тканевую прокладку. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh055.gif | При наличии в ране инородного предмета зафиксируй его валиками из бинта, пластырем или повязкой. Извлекать из раны инородные предметы на месте происшествия запрещается! |   *Вызови (самостоятельно или с помощью окружающих) "скорую помощь", обеспечь доставку пострадавшего в лечебное учреждение.*  **3.5. Первая помощь при кровотечении из носа**  *Причины: травма носа (удар, царапина); заболевания (высокое артериальное давление, пониженная свертываемость крови); физическое перенапряжение; перегревание.*   |  |  | | --- | --- | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh056.gif | Усади пострадавшего, слегка наклони его голову вперед и дай стечь крови. Сожми на 5-10 минут нос чуть выше ноздрей. При этом пострадавший должен дышать ртом! | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh057.gif | Предложи пострадавшему сплевывать кровь. (При попадании крови в желудок может развиться рвота.) | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh058.gif | Приложи холод к переносице (мокрый платок, снег, лед). | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh059.gif | Если кровотечение из носа не остановилось в течение 15 минут - введи в носовые ходы свернутые в рулончик марлевые тампоны. |   *Если кровотечение в течение 15-20 минут не останавливается, направь пострадавшего в лечебное учреждение.*  **3.6. Первая помощь при переломах костей**   |  |  | | --- | --- | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh060.gif | Убедись, что ни тебе, ни пострадавшему ничто не угрожает, вынеси (выведи) пострадавшего за пределы зоны поражения. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh061.gif | При открытых переломах сначала останови наружное кровотечение. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh062.gif | Обеспечь неподвижность места переломов костей с помощью шин или подручных средств (ветка, доска) поверх одежды. |   *Вызови (самостоятельно или с помощью окружающих) "скорую помощь".*   |  |  | | --- | --- | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh063.gif | Наложи на рану асептическую повязку. При открытом переломе. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh064.gif | Положи холод (пакет со льдом) на повязку над раной (на больное место). | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh065.gif | Укутай пострадавшего теплым (спасательным) одеялом, одеждой. |   **3.7. Правила иммобилизации (обездвиживания)**  *Иммобилизация является обязательным мероприятием. Только при угрозе пострадавшему спасателю допустимо сначала перенести пострадавшего в безопасное место.*   |  |  | | --- | --- | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh066.gif | Иммобилизация выполняется с обездвиживанием двух соседних суставов, расположенных выше и ниже места перелома. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh067.gif | В качестве иммобилизирующего средства (шины) можно использовать плоские узкие предметы: палки, доски, линейки, прутья, фанеру, картон и др. Острые края и углы шин из подручных средств должны быть сглажены. Шину после наложения необходимо зафиксировать бинтами или пластырем. Шину при закрытых переломах (без повреждения кожи) накладывают поверх одежды. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh068.gif | При открытых переломах нельзя прикладывать шину к местам, где выступают наружу костные отломки. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh069.gif | Шину на всем протяжении (исключая уровень перелома) прикрепить к конечности бинтом, плотно, но не очень туго, чтобы не нарушалось кровообращение. При переломе нижней конечности шины накладывать с двух сторон. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh070.gif | При отсутствии шин или подручных средств поврежденную ногу можно иммобилизировать, прибинтовав ее к здоровой ноге, а руку - к туловищу. |   **3.8. Первая помощь при термических ожогах**   |  |  | | --- | --- | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh071.gif | Убедись, что тебе ничто не угрожает. Останови (сбей с ног) пострадавшего. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh072.gif | Потуши горящую одежду любым способом (накрой человека покрывалом). |   *Вызови (самостоятельно или с помощью окружающих) "скорую помощь". Обеспечь доставку пострадавшего в ожоговое отделение больницы.*   |  |  | | --- | --- | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh073.gif | Вынеси (выведи) пострадавшего за пределы зоны поражения. Орошать место ожога разведенным водой спиртом (1:1), водкой 2-3 минуты (охлаждение, дезинфекция, обезболивание), затем холодной водой 15-30 минут. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh074.gif | **Пузыри не вскрывать, прилипшую одежду обрезать вокруг ожоговой раны! Из раны не удалять посторонние предметы и прилипшую одежду!** Наложи на ожоговую поверхность стерильную повязку и холод поверх повязки. Дай обильное теплое подсоленное питье (минеральную воду). |   **3.9. Первая помощь при общем переохлаждении**   |  |  | | --- | --- | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh075.gif | Вынеси (выведи) пострадавшего за пределы зоны поражения, обеспечив собственную безопасность. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh076.gif | Занеси пострадавшего в теплое помещение или согрей пострадавшего (укутай пострадавшего теплым (спасательным) одеялом, одеждой). |   *Вызови (самостоятельно или с помощью окружающих) "скорую помощь".*   |  |  | | --- | --- | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh077.gif | Если пострадавший в сознании, дай обильное горячее сладкое питье. Накорми горячей пищей. **Использование алкоголя запрещено!** |   *При признаках собственного переохлаждения борись со сном, двигайся; используй бумагу, пластиковые пакеты и другие средства для утепления своей обуви и одежды; ищи или строй убежище от холода.*  **3.10. Первая помощь при отморожении**   |  |  | | --- | --- | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh078.gif | Внеси пострадавшего в теплое помещение. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh079.gif | Укутай отмороженные участки тела в несколько слоев. Нельзя ускорять внешнее согревание отмороженных частей тела. Тепло должно возникнуть внутри с восстановлением кровообращения. |   *При отморожении использовать масло или вазелин, растирать отмороженные участки тела снегом запрещено.*   |  |  | | --- | --- | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh080.gif | Укутай пострадавшего в одеяла, при необходимости переодень в сухую одежду. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh081.gif | Дай обильное горячее сладкое питье. Накорми горячей пищей. |   *Вызови (самостоятельно или с помощью окружающих) "скорую помощь", обеспечь доставку пострадавшего в лечебное учреждение.*  **3.11. Первая помощь при поражении электрическим током**   |  |  | | --- | --- | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh082.gif | Обеспечь свою безопасность. Надень сухие перчатки (резиновые, шерстяные, кожаные и т.п.), резиновые сапоги. По возможности отключи источник тока. При подходе к пострадавшему по земле иди мелкими, не более 10 см, шагами. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh083.gif | Сбрось с пострадавшего провод сухим токонепроводящим предметом (палка, пластик). Оттащи пострадавшего за одежду не менее чем на 10 метров от места касания проводом земли или от оборудования, находящегося под напряжением. |   *Вызови (самостоятельно или с помощью окружающих) "скорую помощь".*   |  |  | | --- | --- | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh084.gif | Определи наличие пульса на сонной артерии, реакции зрачков на свет, самостоятельного дыхания. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh085.gif | При отсутствии признаков жизни проведи сердечно-легочную реанимацию. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh086.gif | При восстановлении самостоятельного дыхания и сердцебиения придай пострадавшему устойчивое боковое положение. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh087.gif | Если пострадавший пришел в сознание, укрой и согрей его. Следи за его состоянием до прибытия медицинского персонала, может наступить повторная остановка сердца. |   **3.12. Первая помощь при утоплении**   |  |  | | --- | --- | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh088.gif | Убедись, что тебе ничто не угрожает. Извлеки пострадавшего из воды. (При подозрении на перелом позвоночника вытаскивай пострадавшего на доске или щите.) | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh089.gif | Уложи пострадавшего животом на свое колено, дай воде стечь из дыхательных путей. Обеспечь проходимость верхних дыхательных путей. Очисти полость рта от посторонних предметов (слизь, рвотные массы и т.п.). |   *Вызови (самостоятельно или с помощью окружающих) "скорую помощь".*   |  |  | | --- | --- | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh090.gif | Определи наличие пульса на сонных артериях, реакции зрачков на свет, самостоятельного дыхания. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh091.gif | **Если пульс, дыхание и реакция зрачков на свет отсутствуют - немедленно приступай к сердечно-легочной реанимации.** Продолжай реанимацию до прибытия медицинского персонала или до восстановления самостоятельного дыхания и сердцебиения. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh092.gif | После восстановления дыхания и сердечной деятельности придай пострадавшему устойчивое боковое положение. Укрой и согрей его. Обеспечь постоянный контроль за состоянием. |   **3.13. Первая помощь при черепно-мозговой травме**   |  |  | | --- | --- | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh093.gif | Остановить кровотечение. Плотно прижми к ране стерильную салфетку. Удерживай ее пальцами до остановки кровотечения. Приложи холод к голове. |   *Вызови (самостоятельно или с помощью окружающих) "скорую помощь".*   |  |  | | --- | --- | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh094.gif | Контролируй наличие пульса на сонных артериях, самостоятельного дыхания, реакции зрачков на свет. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh095.gif | При отсутствии пульса на сонных артериях, реакции зрачков на свет, самостоятельного дыхания проводи сердечно-легочную реанимацию до восстановления самостоятельного дыхания и сердцебиения или до прибытия медицинского персонала. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh096.gif | После восстановления дыхания и сердечной деятельности придай пострадавшему устойчивое боковое положение. Укрой и согрей его. Обеспечь постоянный контроль за его состоянием. |   **3.14. Первая помощь при отравлениях**  **3.14.1. Первая помощь при пероральных отравлениях (при поступлении токсического вещества через рот)**  *Срочно вызови бригаду скорой медицинской помощи. Выясни обстоятельства происшедшего (в случае лекарственного отравления предъяви обертки от лекарств прибывшему медицинскому работнику).*  **Если пострадавший в сознании**   |  |  | | --- | --- | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh097.gif | Обеспечь промывание желудка. Давай выпить по стакану чистой воды температурой 18-20 С. На один литр воды желательно добавить десертную ложку соли (10 г) и чайную ложку питьевой соды (5 г). После приема каждых 300-500 мл воды следует вызывать рвоту, прикоснувшись пальцами к корню языка. Общий объем принятой жидкости при промывании желудка должен быть не меньше 2500-5000 мл. **Промывание желудка проводить до "чистых промывных вод". При отсутствии сознания желудок не промывать!** | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh098.gif | Раствори в стакане воды 10-20 таблеток активированного угля до состояния кашицы. Дай пострадавшему выпить (в качестве абсорбента). |   **Если пострадавший без сознания**   |  |  | | --- | --- | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh099.gif | Определи наличие пульса на сонных артериях, реакции зрачков на свет, самостоятельного дыхания. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh100.gif | Если пульс, дыхание и реакция зрачков на свет отсутствуют, немедленно приступай к сердечно-легочной реанимации. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh101.gif | Уложи пострадавшего в устойчивое боковое положение. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh102.gif | Укутай пострадавшего теплыми одеялами, одеждой. |   *Вызови (самостоятельно или с помощью окружающих) "скорую помощь", обеспечь доставку пострадавшего в лечебное учреждение.*  **3.14.2. Первая помощь при ингаляционных отравлениях (при поступлении токсического вещества через дыхательные пути)**  **Признаки отравления угарным газом:** резь в глазах, звон в ушах, головная боль, тошнота, рвота, потеря сознания, покраснение кожи.  **Признаки отравления бытовым газом:** тяжесть в голове, головокружение, шум в ушах, рвота; резкая мышечная слабость, усиление сердцебиения; сонливость, потеря сознания, непроизвольное мочеиспускание, побледнение (посинение) кожи, поверхностное дыхание, судороги.   |  |  | | --- | --- | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh103.gif | Убедись, что ни тебе, ни пострадавшему ничто не угрожает, вынеси пострадавшего в безопасное место или открой окна, проветри помещение. |   *Вызови скорую медицинскую помощь.*   |  |  | | --- | --- | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh104.gif | Определи наличие пульса на сонных артериях, наличие реакции зрачков на свет, самостоятельного дыхания. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh105.gif | Если пульс, дыхание и реакция зрачков на свет отсутствуют - немедленно приступай к сердечно-легочной реанимации. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh106.gif | При восстановлении самостоятельного дыхания и сердцебиения придай пострадавшему устойчивое боковое положение. |   **4. Алгоритмы оказания первой помощи при острых заболеваниях и неотложных состояниях**  **4.1. Первая помощь при сердечном приступе**  **Признаки:** острая боль за грудиной, отдающая в левую верхнюю конечность, сопровождающаяся "страхом смерти", сердцебиение, одышка.   |  |  | | --- | --- | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh107.gif | **Если больной без сознания,** определи наличие пульса на сонных артериях, реакции зрачков на свет, самостоятельного дыхания. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh108.gif | Определи наличие сердцебиения самостоятельного дыхания, реакции зрачков на свет. При отсутствии приступай к сердечно-легочной реанимации. |   *Вызови, поручи окружающим вызвать скорую медицинскую помощь. Обеспечь поступление свежего воздуха, расстегни тесную одежду, придай полусидячее положение.*  **4.2. Первая помощь при поражениях органов зрения**  **4.2.1. При попадании инородных тел**   |  |  | | --- | --- | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh109.gif | Обильно промой глаз чистой водой (желательно комнатной температуры). Промывай так, чтобы вода не попадала в неповрежденный глаз. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh110.gif | Закапай (по возможности) две капли 30%-го раствора сульфацила натрия (альбуцид) в каждый глаз. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh111.gif | При невозможности удаления инородного тела наложи повязку на оба глаза (если не закрыть повязкой оба глаза, то движения здорового глаза будут вызывать движения и боль в пострадавшем глазу). Немедленно обратись в лечебное учреждение. |   *Передвигаться пострадавший должен только за руку с сопровождающим!*  *Обеспечь доставку пострадавшего в лечебное учреждение.*  **4.2.2. При химических ожогах глаз**   |  |  | | --- | --- | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh112.gif | Осторожно раздвинь веки пальцами, обильно промой глаза чистой водой (желательно комнатной температуры). Промывай глаза так, чтобы вода стекала от носа к виску. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh113.gif | Наложи повязку на оба глаза (если не закрыть повязкой оба глаза, то движения здорового глаза будут вызывать движения и боль в пострадавшем глазу). Немедленно обратись в лечебное учреждение. |   **Передвигаться пострадавший должен только за руку с сопровождающим!**  **При попадании кислоты** можно промыть глаза 2%-м раствором пищевой соды (на стакан кипяченой воды добавить на кончике столового ножа пищевой соды).  **При попадании щелочи** можно промыть глаза 0,1%-м раствором лимонной кислоты (на стакан кипяченой воды добавить 2-3 капли лимонного сока).  **4.2.3. При травмах глаз и век**  **Пострадавший должен находиться в положении "лежа"**   |  |  | | --- | --- | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh114.gif | Закапай (по возможности) две капли 30%-го раствора сульфацила натрия (альбуцид) в каждый глаз. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh113.gif | Наложи повязку на оба глаза (если не закрыть повязкой оба глаза, то движения здорового глаза будут вызывать движения и боль в пострадавшем глазу). Передвигаться пострадавший должен только за руку с сопровождающим! |   *Обеспечь доставку пострадавшего в лечебное учреждение.*  **4.3. Первая помощь при укусах ядовитых змей**  *Ограничь подвижность пострадавшей конечности.*   |  |  | | --- | --- | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh115.gif | **При укусе ноги** прибинтуй ее к другой ноге. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh116.gif | **При укусе руки** - зафиксируй ее в согнутом положении. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh117.gif | При остановке сердца и дыхания приступай к сердечно-легочной реанимации. |   *Обеспечь доставку пострадавшего в лечебное учреждение для введения противозмеиной сыворотки.*  **4.4. Первая помощь при укусах насекомых**   |  |  | | --- | --- | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh118.gif | При укусе насекомого удали жало из ранки. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh119.gif | Приложи холод к месту укуса. |   *При возникновении аллергической реакции обратиться к врачу. Следи за состоянием больного до прибытия медицинского работника.*  **4.5. Первая помощь при обмороке**  *Признаки:* бледность, внезапная кратковременная потеря сознания.   |  |  | | --- | --- | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh120.gif | Уложи пострадавшего на спину с приподнятыми ногами, ослабь галстук, расстегни ворот верхней одежды, ослабь брючный ремень, сними обувь, обеспечь доступ свежего воздуха. Обратиться к врачу для обследования и определения причины обморока. |   *Если сознание не восстанавливается более 3-5 минут, вызови (самостоятельно или с помощью окружающих) "скорую помощь".*  **4.6. Первая помощь при тепловом (солнечном) ударе**  *Признаки:* слабость, сонливость, жажда, тошнота, голов ная боль; возможны учащение дыхания и повышение температуры, потеря сознания.   |  |  | | --- | --- | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh121.gif | Перенеси пострадавшего в прохладное, проветриваемое место (в тень, к открытому окну). | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh122.gif | Уложи пострадавшего. Расстегни воротник, ослабь ремень, сними обувь. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh123.gif | Определи наличие пульса на сонных артериях, самостоятельного дыхания, реакции зрачков на свет. |   **При отсутствии указанных признаков приступай к сердечно-легочной реанимации.**   |  |  | | --- | --- | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh124.gif | Положи на голову, шею и паховые области смоченные в холодной воде полотенца (салфетки). | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh125.gif | **При потере сознания** более чем на 3-4 минуты переверни пострадавшего в устойчивое боковое положение. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh126.gif | При судорогах удерживай голову и туловище пострадавшего, оберегая от травм. | | http://rg.ru/i/kniga241210/pomosh127.gif | При восстановлении сознания напои пострадавшего прохладной минеральной или обычной, слегка подсоленной водой. |   *Вызови (самостоятельно или с помощью окружающих) "скорую помощь"*. |
| Опубликовано в РГ (Неделя) N5371 от 25 декабря 2010 г. |
| Просим обратить внимание на то, что в разных по времени подписания и региону распространения выпусках газеты текст статьи может несколько различаться. Для получения дословного текста публикации [воспользуйтесь платной подпиской](http://search.rg.ru/rg/archive.php) на получение точных полных текстов газетных публикаций |
| http://img.rg.ru/img/dot.gif |
| http://img.rg.ru/img/dot.gif |
| |  | | --- | | © 1998-2010 "Российская газета"  Электронные адреса отделов газеты можно посмотреть на странице "Контакты".  Обо всем остальном пишите по адресу www@rg.ru | |
| http://counter.rambler.ru/top100.cnt?250928[Rambler's Top100](http://top100.rambler.ru/home?id=250928)http://top.list.ru/counter?id=11659;js=13;r=http%3A//www.rg.ru/2010/12/25/pomosh.html;j=true;s=1280*1024;d=32;rand=0.5096543020863442[Рейтинг@Mail.ru](http://top.mail.ru/jump?from=11659)http://www.tns-counter.ru/V13a****rg_ru/ru/CP1251/tmsec=rg_total/  http://bs.yandex.ru/watch/165993 |