ПЕРВАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ ПРИ НЕСЧАСТНЫХ СЛУЧАЯХ

Первая помощь - это временная мера, осуществляемая для того, чтобы спасти жизнь, предотвратить дополнительные травмы и облегчить страдания до оказания квалифицированной медицинской помощи.

**ОБЩИЕ ПРАВИЛА**

* Вызовите "Скорую помощь".
* Убедитесь в том, что ни пострадавшему, ни вам не угрожает опасность.
* По возможности, оставьте потерпевшего лежать там, где он находится, пока его не осмотрят. Если придется его перемещать, делайте это с особой осторожностью.
* Если у потерпевшего рвота, положите его на бок, чтобы не задохнулся.
* Если пострадавший не дышит, сделайте ему искусственное дыхание.
* Накройте потерпевшего, чтобы он не замерз, защитите его от дождя и снега.
* Перевяжите и зафиксируйте травмированный орган.
* Выберите наиболее подходящий способ транспортировки.

**ПОТЕРЯ СОЗНАНИЯ**

* Убедитесь в том, что пострадавший потерял сознание.
* Если он без сознания, убедитесь в том, дышит ли он.
* Если он не дышит, освободите ему носоглотку. Вытяните вперед его нижнюю челюсть. Наклони­те ему голову назад так, чтобы подбородок был выше носа. Вытяните его язык вперед, чтобы он не закрывал собой носоглотку. Если пострадавший не начал дышать, применяйте искусствен­ное дыхание.
* Положите потерпевшего так, чтобы рана была выше уровня сердца, если рана на голове или шее, приподнимите голову и плечи.
* Почти любое кровотечение можно остановить, приложив свернутую в несколько слоев чистую ткань. Наложите повязку на рану и затяните ее покрепче.
* Если кровотечение продолжается, надо прижать артерию к кости выше раны. На руке - посреди­не между локтем и подмышкой. На ноге - в складке между торсом и бедром.

***Остановка артериального кровотечения (самого опасного) наложением жгута***

* Сделайте жгут из куска ткани шириной не менее 5 см (не используйте веревку, нейлон, женский чулок, провод).
* Поместите жгут на поврежденную часть конечности непосредственно над раной так, чтобы он не сползал при затягивании.
* Оберните ткань дважды вокруг поверхности и наложите один конец ткани на другой, а затем про­пустите один под другой.
* Возьмите короткую крепкую палку и положите ее поперек полуузла на ткани и завяжите оба кон­ца поверх палки на узел.
* Поверните палку так, чтобы жгут затянулся. Поворачивайте его, пока кровотечение не прекратится.
* Привяжите кусок ткани вокруг палки и закрепите ее вокруг конечности так, чтобы жгут был хо­рошо зафиксирован. Жгут можно применять в течение 1,5-2 ч. Иначе произойдет отмирание ко­нечности. За это время пострадавший должен быть доставлен в лечебное учрждение.

**ПРОНИКАЮЩЕЕ РАНЕНИЕ ГРУДНОЙ КЛЕТКИ**

* Если пуля или острый предмет пробили грудную клетку, слышится свистящий звук при входе и выходе. Чтобы не наступил коллапс легких, отверстие необходимо закрыть. Это можно сделать ру­кой, полиэтиленовым пакетом, лейкопластырем или чистой тканью, сложенной в несколько слоев.
* Независимо от того, находится ли пострадавший в сознании или нет, его кладут на бок травмиро­ванной стороной вниз.

**РАНЕНИЕ БРЮШНОЙ ПОЛОСТИ**

* Наложите на рану чистую тканевую повязку. Если кишечник или другие внутренние органы вы­валились наружу, не пытайтесь вернуть их на место.
* Придайте пострадавшему наиболее удобное положение. Под согнутые в коленях ноги подложите свернутое одеяло, это снизит давление на стенку брюшной полости.
* Не давайте пострадавшему пить, даже если он требует воды. Нельзя также есть или курить.

**ПОРАЖЕНИЕ ЭЛЕКТРИЧЕСКИМ ТОКОМ**

* Отключите электрический ток (работайте с электричеством только сухими руками; никогда не пользуйтесь электроприборами на мокром полу, скамейке или столе).
* Если невозможно отключить ток, уберите контактный провод от пострадавшего безопасным предметом (он должен быть из материала, не проводящего или плохо проводящего электриче­ский ток). Палка, сложенная газета, обувь на резиновой подошве, кеды, одежда - все эти предме­ты можно использовать, если они сухие.
* Никогда не прикасайтесь к потерпевшему, пока вы не отключили ток или не убрали провод.
* Посмотрите, дышит ли пострадавший. Убедитесь в том, что дыхательные пути свободны. При не­обходимости применяйте искусственное дыхание.
* Если потерпевший находится без сознания, но дышит, придайте ему безопасное положение.
* Ожоги можно только орошать холодной чистой водой. Дайте ей течь минут десять, пока боль не ослабнет.
* Никогда не прорывайте волдырь, образовавшийся над обожженным участком кожи, никогда не отрывайте одежду, прилипшую к ожогу.

если ожог, покрытый волдырями, занимает площадь большую, чем ладонь, доставьте потерпев­шего в медпункт.

* Дайте пострадавшему обильное питье: чай с сахаром, фруктовый сок, воду с разбавленной в ней солью (2 чайные ложки на литр).
* Никогда не давайте пить человеку, потерявшему сознание.

**ОТМОРОЖЕНИЯ**

* Пострадавшего вносят в теплое помещение, протирают пораженные участки спиртом (водкой) и растирают чистыми руками до покраснения кожи.
* При отморожении значительно большего участка конечностей делают теплую ванну из слабого (бледно-розового) раствора марганцовокислого калия температурой 32-36 °С или прикладывают нагретые предметы.
* В случае общего отморожения производят возможно быстрое отогревание пострадавшего (вно­сят в помещение с температурой 20-22 °С) и дают горячий чай, кофе, водку.

**ПИЩЕВЫЕ ОТРАВЛЕНИЯ**

* Промывание желудка в домашних условиях: пострадавшему дают пить большое количество воды (1-2 л) и вызывают искусственную рвоту - глубоко закладывая в рот пальцы, надавить на корень языка. Затем процедуру повторяют. Всего для промывания желудка требуется 10-12 л воды.
* Последние порции промывных вод должны быть прозрачными и не должны содержать остатков пищи.

**ОБМОРОКИ**

* Пострадавшего укладывают на кушетку (голова ниже ног) и дают нюхать нашатырный спирт.

**СОЛНЕЧНЫЕ И ТЕПЛОВЫЕ УДАРЫ**

* Пострадавшего укладывают в тень и охлаждают - прикладывают холод к голове и на область сердца, обтирают кожу мокрым полотенцем.
* При жалобах на боли в сердце дают под язык валидол или нитроглицерин.

**ПОМОЩЬ ПРИ ОТРАВЛЕНИИ УГАРНЫМ ГАЗОМ**

Угарный газ (окись углерода СО) - продукт неполного сгорания органических веществ. Высо­котоксичный газ, без цвета, иногда имеющий запах гари. Приводит организм к острому кислородному голоданию.

Отравление может произойти на пожаре, при работе бензиновых двигателей, сгорании природного газа и т. д. Обычно смерть наступает в результате отравления СО в закрытых помещениях с неудовле­творительной вентиляцией.

Отравление, в зависимости от концентрации СО в воздухе, длительности его воздействия и состоя­ния человека, может быть постепенным или мгновенным.

Возможна внезапная потеря сознания, в т. ч. и за рулем.

*Признаки отравления:*

*а) при легкой степени:*

* появление ощущения тяжести и пульсаций в голове;
* боль в височной области и лба ("сжатие обручем);
* потемнение и мелькание "мушек" в глазах. Шум в ушах;

*б) при более тяжелой степени:*

* головокружение, поверхностное дыхание, учащение пульса, расширение зрачков, нарастаю­щая мышечная слабость;
* сонливость, путаное сознание, затем - потеря сознания;
* непроизвольное опорожнение мочевого пузыря и кишечника;
* появление на лице розовых пятен или синюшности.

**При отсутствии помощи,** поверхностном дыхании, сердечной аритмии, глухом сердцебиении возможны судороги и смерть пострадавшего из-за острого кислородного голодания.

***Первая помощь:***

* Вынести на свежий воздух и положить на спину.
* Расстегнуть одежду и открыть грудную клетку.
* Охладить лицо и грудь холодной водой, снегом, льдом .
* Обвязать тряпкой, смоченной холодной водой, голову.

***Если пострадавший не приходит в себя:***

* Заставить его чихать, вызвав раздражение в носу.
* Растирать грудь пострадавшего варежкой, шарфом, другим предметом до появления дыхания.
* Сделать искусственное дыхание.
* Доставить пострадавшего в лечебное учреждение или вызвать врача.