|  |  |
| --- | --- |
|  | **Первая помощь – это комплекс срочных мер, направленных на спасение жизни человека. Несчастный случай, резкий приступ заболевания, отравление – в этих и других чрезвычайных ситуациях необходима грамотная первая помощь. По Закону, первая помощь не является медицинской – она оказывается до прибытия медиков или доставки пострадавшего в больницу. Первую помощь может оказать любой человек, оказавшийся в критический момент рядом с пострадавшим. Но для некоторых категорий граждан, оказание первой помощи – служебная обязанность. Речь идет о полицейских, сотрудниках ГИБДД и МЧС, военнослужащих, пожарных. Умение оказать первую помощь – элементарный, но очень важный навык. В экстренной ситуации он может спасти чью-то жизнь.** |

**ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ**

* Прежде всего, необходимо пострадавшего уложить на спину так, чтобы голова была несколько опущена, а ноги приподняты.
* Для облегчения дыхания освободить шею и грудь от стесняющей одежды.
* Тепло укройте пострадавшего, положите грелку к его ногам.
* Натрите нашатырным спиртом виски больного и поднесите к носу ватку, смоченную нашатырем, а лицо обрызгайте холодной водой.
* Если сознание не восстанавливается более 3-5 минут, вызови «скорую помощь».
* Обратится к врачу для обследования и определения причины обморока

|  |  |
| --- | --- |
|  | **Тепловой удар**  **перегревание организма при недостаточной теплоотдаче.**  **Солнечный удар расстройство работы головного мозга вследствие продолжительного воздействия солнечного света на непокрытую поверхность головы.** |

**ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ**

* Пострадавшего немедленно перенести в тень или в прохладное помещение.
* Уложить на спину, приподняв изголовье (подложить под голову валик из скатанной одежды).
* Освободить от стесняющей одежды.
* Тело обтереть холодной водой или обвернуть простынёй, смоченной в воде.

**При сохранённом сознании**

* Дать выпить холодный чай.
* Дать вдохнуть (понюхать) нашатырный спирт для возбуждения дыхания.
* Вызвать «скорую помощь».

|  |  |
| --- | --- |
|  | **Утопление — смерть или терминальное состояние, возникающее в результате проникновения воды в лёгкие и дыхательные пути.** |

**ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ**

**Если пострадавший находится в сознании, у него удовлетворительный пульс и сохранено дыхание:**

* Уложить пострадавшего на жёсткую поверхность.
* Раздеть его и растереть руками или сухим полотенцем.
* Дать пострадавшему горячий чай или кофе.
* Укутать пострадавшего одеялом и дать отдохнуть.

**Если у пострадавшего отсутствует сознание, но сохранены дыхание и пульс:**

* Освободить рот пострадавшего от ила, тины, рвотных масс.
* Насухо обтереть пострадавшего.
* Дать вдохнуть нашатырный спирт.
* Для активации дыхания подёргать пострадавшего за язык.

**Если у пострадавшего отсутствует дыхание и сердечная деятельность:**

* Удалить воду из дыхательных путей пострадавшего.
* Освободить рот пострадавшего от ила, тины, рвотных масс.
* Уложить его на спину, запрокинув голову и вытянуть язык.
* Делать искусственное дыхание и непрямой массаж сердца.

**Всем пострадавшим обязательно должна быть оказана квалифицированная медицинская помощь врачами «скорой помощи» или в лечебном учреждении, т.к. после спасения у утопающих высока вероятность развития отёка лёгких.**

|  |  |
| --- | --- |
|  | **Рана механическое повреждение покровов тела, нередко сопровождающиеся нарушением целости мышц, нервов, крупных сосудов, костей, внутренних органов, полостей и суставов.** |

**ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ**.

* На любую рану должна быть наложена повязка, по возможности асептическая (стерильная).
* Если ранение сопровождается значительным кровотечением, необходимо остановить его любым подходящим способом.
* При обширных ранениях мягких тканей, при переломах костей и ранениях крупных кровеносных сосудов и нервных стволов необходима иммобилизация конечности табельными или подручными средствами.
* Пострадавшему необходимо ввести обезболивающий препарат.
* Пострадавшего необходимо как можно быстрее доставить в лечебное учреждение.

|  |  |
| --- | --- |
|  | **Перелом - это нарушение целости кости.** |

**ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ**

* Обеспечение неподвижности отломков кости поврежденной конечности шинами или имеющимися под рукой палками, дощечками и т.п. Если под рукой нет никаких предметов для иммобилизации, то следует прибинтовать поврежденную руку к туловищу, поврежденную ногу - к здоровой.
* При открытом переломе, сопровождающимся обильным кровотечением, накладывается давящая асептическая повязка и по показаниям, кровоостанавливающий жгут.
* При этом следует учитывать, что наложение жгута ограничивается минимально возможным сроком.
* Пострадавшего необходимо как можно быстрее доставить в лечебное учреждение.

|  |  |
| --- | --- |
|  | **Вывих - это смещение суставных концов костей, частично или полностью нарушающее их взаимное соприкосновение** |

**ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ**

* Фиксация поврежденной конечности.
* Дача обезболивающего препарата.
* Направление пострадавшего в лечебное учреждение.

Фиксация конечности осуществляется повязкой или подвешиванием ее на косынке.

При вывихах суставов нижней конечности пострадавший должен быть доставлен в лечебное учреждение в лежачем положении (на носилках), с подкладыванием под конечность подушек, ее фиксацией и даче пострадавшему обезболивающего средства.

**При оказании первой помощи в неясных случаях, когда не представилось возможным отличить вывих от перелома, с пострадавшим следует поступать так, будто у него явный перелом костей.**

|  |  |
| --- | --- |
|  | **Кровотечение** **это** **излияние крови из поврежденных кровеносных сосудов.**  **АРТЕРИАЛЬНОЕ КРОВОТЕЧЕНИЕвозникает при повреждении артерий и является наиболее опасным.** |

**ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ**

Остановка кровотечения, которая может быть осуществлена путем:

* придания кровоточащей области приподнятого положения,
* наложения давящей повязки,
* максимального сгибания конечности в суставе и сдавливания при этом проходящих в данной области сосудов,
* пальцевого прижатия,
* наложением жгута.

**Прижатие сосуда осуществляется выше раны, в определенных анатомических точках, там, где менее выражена мышечная масса, сосуд проходит поверхностно и может быть прижат к подлежащей кости. Прижимать лучше не одним, а несколькими пальцами одной или обеих рук.**

|  |  |
| --- | --- |
|  | **Кровотечение** **это** **излияние крови из поврежденных кровеносных сосудов.**  **ВЕНОЗНОЕ КРОВОТЕЧЕНИЕвозникает** **при повреждении стенок вен.** |

**ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ**

Остановка кровотечения, которая может быть осуществлена путем:

* придания приподнятого положения конечности,
* максимального сгибания ее в суставе,
* наложения давящей повязки.

**Приподнятое положение придается конечности лишь после наложения давящей повязки. При сильном венозном кровотечении прибегают к прижатию сосуда.**

**Поврежденный сосуд прижимают к кости ниже раны. Этот способ удобен тем, что может быть выполнен немедленно и не требует никаких приспособлений.**

|  |  |
| --- | --- |
|  | **Кровотечение это** **излияние крови из поврежденных кровеносных сосудов.**  **КАПИЛЛЯРНОЕ КРОВОТЕЧЕНИЕ**  **является следствием повреждения мельчайших кровеносных сосудов (капилляров).** |

**ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ**

* Промыть поверхность повреждения.
* Рану обработать перекисью водорода.
* Вокруг раны обработать раствором 5% раствором йода.
* Наложить асептическую (стерильную повязку).
* Также можно использовать чистый носовой платок или ткань.

|  |  |
| --- | --- |
|  | **Отмороже́ние** или **обмороже́ние** — **повреждение**[**тканей**](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A2%D0%BA%D0%B0%D0%BD%D1%8C_(%D0%B1%D0%B8%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B8%D1%8F))**организма под воздействием**[**холода**](http://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A5%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B4)**.** |

**ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ**

* Укрыться от холода.
* Согреть руки, спрятав их в подмышках. Если отморожением затронуты нос, уши или участки лица, согреть эти места, прикрыв их руками в сухих тёплых перчатках.
* Не тереть поврежденные места. **Никогда не растирать отмороженные участки кожи снегом**.
* Если есть риск повторного отморожения, не допускайте оттаивания уже пострадавших участков. Если они уже оттаяли, укутайте их так, чтобы они не могли вновь замерзнуть.
* Если при согревании отмороженных участков чувствительность в них не восстанавливается, обратитесь за неотложной медицинской помощью.