

ОБНАРУЖИЛИ ПОСТРАДАВШЕГО БЕЗ СОЗНАНИЯ

КАК ПОДТВЕРДИТЬ БЕССОЗНАТЕЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ

ПРАВИЛЬНО

Аккуратно потормошить пострадавшего за плечи и громко спросить: «Что с Вами? Нужна ли Вам помощь?». Если реакции нет – значит он без сознания



НЕПРАВИЛЬНО

Давить на болевые точки пострадавшего, хлопать по щекам и т.д. Так вы рискуете нанести ему дополнительные травмы или усугубить состояние



КАК ДЕЙСТВОВАТЬ, ЕСЛИ ОПАСЕНИЯ ПОДТВЕРДИЛИСЬ

Восстановите проходимость дыхательных путей и определите наличие дыхания:

- 1 Одну руку положите на лоб пострадавшего и запрокиньте его голову
- 2 Двумя пальцами поднимите подбородок
- 3 Наклонитесь щекой и ухом ко рту и носу пострадавшего
- 4 В течение 10 секунд пробуйте услышать или почувствовать дыхание, а также увидеть движение грудной клетки



! Если дыхание не появилось или оно судорожное и хриплое, немедленно вызывайте скорую медицинскую помощь и начинайте сердечно-легочную реанимацию

ПОСТРАДАВШЕГО УКУСИЛО ИЛИ УЖАЛИЛО ЯДОВИТОЕ ЖИВОТНОЕ

! ИЗНАЧАЛЬНО ВСЕГДА РАССМАТРИВАЙТЕ УКУС ЗМЕИ
КАК ЯДОВИТЫЙ, ЧТОБЫ ОШИБОЧНОЕ МНЕНИЕ НЕ ПРИВЕЛО
К ТРАГИЧЕСКИМ ПОСЛЕДСТВИЯМ

КАК ДЕЙСТВОВАТЬ

- 1** Придерживайтесь общей последовательности действий при оказании первой помощи. Обеспечьте безопасные условия, оцените состояние пострадавшего, а после вызова врачей контролируйте его
- 2** Дополнительно можете приложить к месту укуса холод и ограничить подвижность укушенной части тела

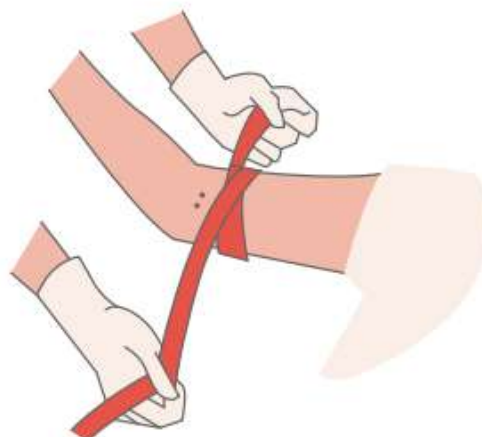


ЧТО ЗАПРЕЩЕНО

X Отсасывать яд при укусе ядовитых животных



X Накладывать кровоостанавливающий жгут на укушенную конечность, чтобы ограничить распространение яда по организму



ПОСТРАДАВШИЙ ПРОЯВЛЯЕТ ОСТРЫЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ РЕАКЦИИ НА СТРЕСС

ПЛАЧ

КАК РАСПОЗНАТЬ

- Пострадавший уже плачет или готов разрыдаться
- Губы пострадавшего подрагивают
- Заметно ощущение подавленности

КАК ДЕЙСТВОВАТЬ

- 1 Не оставляйте пострадавшего в одиночестве. По возможности позаботьтесь, чтобы рядом с ним находился родственник или близкий человек
- 2 Сядьте рядом и держите пострадавшего за руку, выразите ему свое сочувствие
- 3 Ничего не советуйте пострадавшему, а просто дайте выговориться
- 4 Сконцентрируйте внимание пострадавшего на глубоком и ровном дыхании, чтобы помочь ему отвлечься



ИСТЕРИКА

КАК РАСПОЗНАТЬ

- Пострадавший чрезмерно возбужден
- Принимает театральные позы и совершает много движений
- Быстро и эмоционально говорит, кричит или рыдает

КАК ДЕЙСТВОВАТЬ

- 1 Отведите пострадавшего от наблюдающих и замкните его внимание на себе. Если это невозможно, внимательно слушайте его, кивайте, поддакивайте и оказывайте поддержку
- 2 Сохраняйте спокойствие, говорите короткими фразами и уверенным тоном, но при этом не вступайте в активный диалог по поводу высказываний пострадавшего
- 3 Вызовите у пострадавшего ориентировочную реакцию, чтобы переключить его внимание. Например, задайте неожиданный вопрос без негативного содержания. Также можете позвать пострадавшего по имени, а затем задать вопрос, который требует развернутого ответа
- 4 После истерики передайте пострадавшего специалистам или близким людям



ПОСТРАДАВШИЙ ПРОЯВЛЯЕТ ОСТРЫЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ РЕАКЦИИ НА СТРЕСС

АГРЕССИВНАЯ РЕАКЦИЯ

КАК РАСПОЗНАТЬ

- Пострадавший чрезмерно возбужден, раздражителен и злится по любому поводу
- Напрягает мышцы лица и тела
- Оскорбляет и ругает окружающих, бьет их руками или какими-либо предметами

КАК ДЕЙСТВОВАТЬ

- 1 Оцените, безопасно ли оказывать помощь
- 2 Воздержитесь от эмоциональных реакций, говорите с пострадавшим спокойным голосом, не спорьте и не противоречьте ему
- 3 Отойдите с пострадавшим от окружающих, если понимаете, что это необходимо. Дайте ему выговориться
- 4 Вовлеките пострадавшего в деятельность с физическими нагрузками
- 5 Объясните последствия такого поведения для пострадавшего

СТРАХ

КАК РАСПОЗНАТЬ

- Пострадавший напрягает мышцы, особенно сильно – лицевые
- Не контролирует свое поведение
- У пострадавшего сильное сердцебиение и учащенное поверхностное дыхание

КАК ДЕЙСТВОВАТЬ

- 1 Будьте рядом с пострадавшим, ведь страх тяжело переносить в одиночестве
- 2 Предложите ему задержать дыхание, а затем медленно выдыхать
- 3 Когда страх начинает спадать, поговорите о нем с пострадавшим
- 4 Расскажите пострадавшему о том, что происходит вокруг, чтобы прервать его информационный голод



АПАТИЯ

КАК РАСПОЗНАТЬ

- Пострадавший выглядит уставшим, равнодушен ко всему и безэмоционален
- Ведет себя заторможено
- Медленно говорит или совсем молчит

КАК ДЕЙСТВОВАТЬ

- 1 Проведите пострадавшего к месту отдыха или помогите ему удобно устроиться
- 2 Сделайте ему массаж мочек ушей и пальцев рук или предложите самомассаж
- 3 Говорите спокойно, постепенно повышайте громкость и скорость речи, задавайте вопросы
- 4 Предложите незначительную физическую нагрузку



ПОСТРАДАВШИЙ ТРАВМИРОВАЛСЯ

ТРАВМА КОНЕЧНОСТЕЙ

КАК ДЕЙСТВОВАТЬ

- 1 При наличии кровотечения** остановите его одним из способов: прямое давление на рану, наложение давящей повязки или кровоостанавливающего жгута
- 2 При отрыве конечности**, когда уже остановили кровотечение, положите ее в пакет. Затем этот пакет поместите в другой – со льдом, снегом и т. п. Передайте пакет врачам скорой медицинской помощи
- 3 При подозрении на перелом костей** переведите пострадавшего в удобное для него положение, обеспечьте покой поврежденной части тела, а также приложите к ней холод. Дождитесь врачей, которые обезболят и иммобилизуют травмированную конечность
- 4 При необходимости транспортировки** самостоятельно иммобилизуйте поврежденную конечность. Фиксируйте минимум два сустава, ниже и выше перелома. При переломе плеча и бедра – три сустава. Используйте наиболее безопасный способ фиксации – аутоиммобилизацию. Например, прибинтуйте поврежденную ногу к здоровой или поврежденную руку к туловищу



ПРИ НАЛИЧИИ ПОДРУЧНЫХ СРЕДСТВ ИЛИ ШИН ДЛЯ ФИКСАЦИИ, ИСПОЛЬЗУЙТЕ ИХ

ИМПРОВИЗИРОВАННАЯ ШИНА

Доска, кусок плотного картона, лыжа и т. п. Прежде чем использовать, обмотайте ее бинтом или оберните тканью. Наложите шину поверх одежды и обуви пострадавшего. В зависимости от перелома фиксируйте два или три сустава, при этом не исправляйте положение конечности



ТАБЕЛЬНАЯ ШИНА

Бывает различных конструкций и предназначена для профессионального контингента, поэтому перед использованием обязательно изучите инструкцию производителя

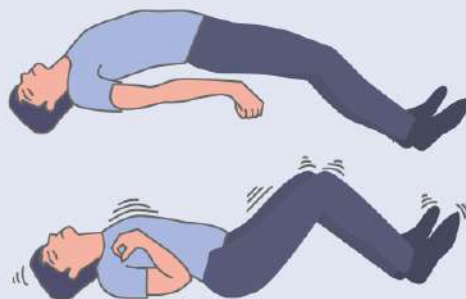


! Аутоиммобилизация – наиболее доступный и эффективный способ иммобилизации поврежденной конечности, при котором пострадавший участок фиксируют с помощью здорового

У ПОСТРАДАВШЕГО НЕПРОИЗВОЛЬНО ДЕРГАЮТСЯ ЧАСТИ ТЕЛА

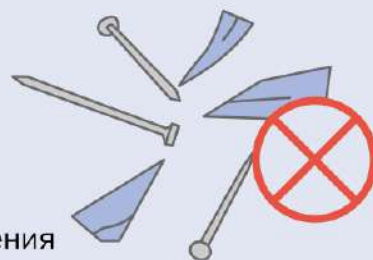
ЧЕМ ОПАСЕН СУДОРОЖНЫЙ ПРИСТУП С ПОТЕРЕЙ СОЗНАНИЯ

- !** При падении пострадавший может получить дополнительные повреждения
- !** В процессе судорог пострадавший также может травмироваться, ведь он не контролирует свои движения в этот момент
- !** После судорог существует риск нарушения проходимости дыхательных путей, так как пострадавший некоторое время находится в бессознательном состоянии



КАК ДЕЙСТВОВАТЬ

- 1** Уберите острые и бьющиеся предметы с места происшествия, чтобы предупредить травмирование пострадавшего
- 2** После приступа убедитесь, что интенсивные кровотечения из-за травм отсутствуют. Если обнаружили кровотечение, которое угрожает жизни пострадавшего, остановите его любым доступным способом
- 3** Поддерживайте проходимость дыхательных путей пострадавшего. Для этого переведите его в устойчивое боковое положение
- 4** Вызовите скорую медицинскую помощь и до приезда врачей наблюдайте за пострадавшим и психологически поддерживайте его



! Не вводите какие-либо предметы между зубов пострадавшего в попытках разжать его челюсть, иначе нанесете дополнительный ущерб

У ПОСТРАДАВШЕГО ОЖОГ

ТЕРМИЧЕСКИЕ ОЖОГИ

ПО КАКИМ ПРИЗНАКАМ ОПРЕДЕЛЯТЬ

ПОВЕРХНОСТНЫЕ ОЖОГИ

- Покраснение
- Отек кожи
- Пузыри с прозрачной жидкостью

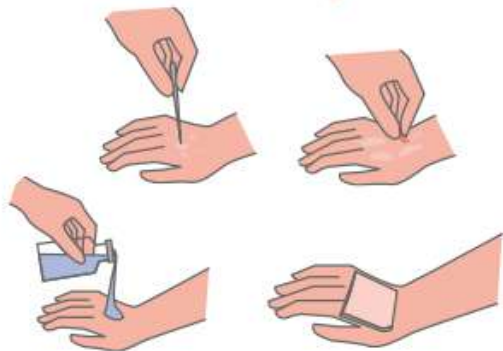
ГЛУБОКИЕ ОЖОГИ

- Пузыри с кровью, в том числе частично разрушенные
- Обугленная кожа
- Потеря чувствительности

КАК ДЕЙСТВОВАТЬ

- 1** Прекратите действие высокой температуры. Например, потушите огонь, удалите горящую одежду и т. д.
- 2** Охлаждайте обожженную часть тела водой комнатной температуры не менее 20 минут. Если нет воды, приложите холод, но только поверх тряпки или повязки, чтобы избежать прямого воздействия на место ожога

ЧТО ЗАПРЕЩЕНО



- X** Вскрывать ожоговые пузыри
- X** Убирать с пораженной поверхности части обгоревшей одежды, которые прилипли к коже
- X** Наносить на пораженные участки мази, жиры и т. д.
- X** Накладывать гелевые повязки

ПОСТРАДАЛИ ВЕРХНИЕ ДЫХАТЕЛЬНЫЕ ПУТИ?

- 1** Выведите пострадавшего на свежий воздух
- 2** Переведите пострадавшего в положение полусидя, если он в сознании, и в устойчивое боковое положение, если сознание отсутствует, но есть дыхание
- 3** Вызовите скорую медицинскую помощь и до прибытия врачей наблюдайте за состоянием пострадавшего, а также будьте готовы к дополнительным действиям. Например, к сердечно-легочной реанимации при остановке дыхания

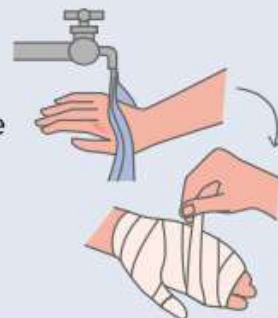
У ПОСТРАДАВШЕГО ОЖОГ

ХИМИЧЕСКИЕ ОЖОГИ

При первой помощи пострадавшему от химического ожога думайте о своей безопасности и следите за тем, чтобы брызги не попали на незащищенную кожу и в глаза

КАК ДЕЙСТВОВАТЬ

- 1 Смойте химическое вещество с поверхности кожи струей проточной воды. Промывайте пораженную кожу не менее 20 минут, чтобы максимально удалить вещество
- 2 Закройте ожоговую поверхность повязкой
- 3 Дайте пострадавшему теплое питье



Пострадавший сообщил, что проглотил едкую жидкость?

- 1 Не вызывайте рвоту у пострадавшего и не промывайте его желудок
- 2 Вызовите врачей скорой медицинской помощи и контролируйте состояние пострадавшего

! ПЕРВУЮ ПОМОЩЬ ПРИ ЭЛЕКТРИЧЕСКИХ И СОЛНЕЧНЫХ ОЖОГАХ ОКАЗЫВАЙТЕ АНАЛОГИЧНО ТЕРМИЧЕСКИМ

ЭЛЕКТРИЧЕСКИЕ ОЖОГИ

При электрических ожогах возможны дополнительные травмы, кровотечения, остановка дыхания и кровообращения. Ничего не предпринимайте и дождитесь профессиональных аварийно-спасательных формирований, если работник пострадал от электричества на производстве или высоковольтных электрических сетей

СОЛНЕЧНЫЕ ОЖОГИ

По проявлениям солнечные ожоги аналогичны термическим, но сочетаются еще и с перегреванием и солнечным ударом

КАК ДЕЙСТВОВАТЬ, если солнечный ожог сопровождается солнечным ударом

- 1 Прекратите воздействие солнечного света на пострадавшего. Например, переместите его в тень или разверните над ним укрытие от солнца
- 2 Оцените состояние пострадавшего. Если он без сознания, но дышит, переведите его в устойчивое боковое положение
- 3 Вызовите скорую медицинскую помощь, а пока ждете врачей, контролируйте состояние пострадавшего и оказывайте ему психологическую поддержку

УВИДЕЛИ, ЧТО ПОСТРАДАВШИЙ ПОДАВИЛСЯ

Задайте вопрос «Что случилось?». При частичном нарушении проходимости дыхательных путей пострадавший сможет ответить, при полном – будет хватать себя за горло, кивать и шумно дышать.

При частичном нарушении проходимости:

- 1 Объясните, что вдыхать нужно медленно, иначе инородный предмет пройдет глубже
- 2 Предложите пострадавшему откашляться и при этом не поите его водой, не толкайте, не бейте и т.д.



При полном нарушении проходимости:

- 1 Встаньте сбоку и немного сзади пострадавшего
- 2 Одной рукой придерживайте пострадавшего, другой – наклоните вперед
- 3 Основанием своей ладони до пяти раз резко ударьте пострадавшего между лопаток. После каждого удара проверяйте, не выпало ли инородное тело



ЕСЛИ В РЕЗУЛЬТАТЕ УДАРОВ УДАЛИТЬ ИНОРОДНОЕ ТЕЛО НЕ УДАЛОСЬ, ПЕРЕХОДИТЕ К ПРИЕМУ ГЕЙМЛИХА:

- 1 Встаньте сзади пострадавшего и обхватите его обеими руками на уровне верхней части живота
- 2 Сожмите кулак одной из рук и поместите его над пупком пострадавшего большим пальцем к себе



- 3 Второй рукой обхватите пострадавшего, положите руку сверху кулака и сделайте до пяти резких толчков в направлении внутрь и вверх
- 4 Когда результата нет, чередуйте пять толчков приемом Геймлиха с пятью резкими ударами между лопаток

ПОСТРАДАВШИЙ – ТУЧНЫЙ ЧЕЛОВЕК ИЛИ БЕРЕМЕННАЯ ЖЕНЩИНА?

Давите не руками на живот, а предплечьями на нижнюю часть груди



ОКАЗЫВАЕТЕ САМОПОМОЩЬ?

Ударьтесь верхней частью живота о какой-либо выступающий предмет, например, о спинку стула или кресла.

Повторяйте до извлечения инородного тела



! Если пострадавший потерял сознание, начните сердечно-легочную реанимацию и следите, когда инородное тело появится, чтобы извлечь его