

## Методические рекомендации по оказанию первой медицинской помощи при несчастных случаях на производстве и в быту.

### При вывихах:

Вывих самостоятельно вправлять нельзя!

- пострадавшему дают обезболивающее;
- обеспечивают неподвижность сустава с помощью шины или косыночной повязки), по возможности не меняя его начального положения;
- при вывихе плечевого сустава рука укладывается на косынку или плотно прибинтовывается к телу (повязка «Дезо»);
- при вывихе коленного или голеностопного сустава необходимо поднять ногу выше, чтобы уменьшить опухание сустава и наложить «восьмиобразную» повязку; делают холодный компресс на область вывиха, пользуясь водой, снегом, льдом, помещенными в целлофановый пакет.

### При переломе:

Порядок оказания первой медицинской помощи при открытых переломах:

1. Остановить кровотечение, обработать края раны;
2. На рану наложить стерильную повязку;
3. Дать обезболивающее средство (анальгин, седалгин, баралгин, темпалгин);
4. Провести иммобилизацию конечности (наложить шину);
5. Отправить пострадавшего в лечебное медицинское учреждение.
6. Холод не прикладывают т.к. наложение компресса оказывает давление на место перелома и может вызывать дополнительные болезненные ощущения.

Порядок оказания первой медицинской помощи при закрытых переломах:

1. Дать обезболивающее средство (анальгин, седалгин, баралгин);
2. Провести иммобилизацию конечности (наложить шину);
3. Наложить холод.
4. Отправить пострадавшего в лечебное медицинское учреждение.

### При ушибе:

- Наложить холод на место ушиба.

**Нельзя** прикладывать лед непосредственно к коже, так как это может привести к ее обморожению.

- Создать полный покой ушибленной конечности.
- Ушибленную конечность приподнять для уменьшения тока крови и уменьшения припухлости.
- На место ушиба накладывается тугая давящая повязка.

### При ранениях:

- При наличии сильного кровотечения из раны, прежде всего осуществляют его остановку, методом наложения жгута.

- Раневую поверхность промывают не содержащими спирта растворами:

3% перекиси водорода, водным р-ом фурацилина, светло розовым раствором перманганата калия, р-ом хлоргексидина.

- Кожу вокруг раны обрабатывают спиртом или 5% раствором йода или 2% раствором бриллиантовой зелени («зеленкой»).

- Мелкие раны, царапины, уколы, порезы можно смачивать клеем БФ-6, обладающим дезинфицирующим свойством, а также заклеивать кусочком бактерицидного пластыря.

- Наложить сухую стерильную повязку.

**Нельзя:** промывать рану водой, применять различные мази, порошки, извлекать из раны инородные тела. Время наложения жгута: в летнее время - 1 час, зимой – 30 мин.

### **При термических ожогах:**

- потушить на пострадавшем горящую одежду, накинув на него плотную ткань, положив его на снег или прижав к земле;
- освободить от одежды обожженную часть тела, не затрагивая место ожога;
- прикрыть пораженную часть тела стерильной повязкой из чистой ткани, предварительно очистив кожу вокруг ожога марлевым тампоном, смоченным в дезинфицирующем растворе.

#### ***Нельзя:***

- даже пытаться удалить с места ожоговой поверхности остатки обгоревшей одежды, грязь, копоть, сажу, остатки лопнувших пузырей;
- смазывать ожоговую поверхность жиром или маслом, посыпать крахмалом или мукой;
- вскрывать пузыри.

### **При химических ожогах:**

Если ожог произошел от кислоты, промывать место ожога под проточной прохладной водой в течение 20-30 мин и наложить на поврежденную поверхность повязку (компресс) с 2 - 5 % раствором гидрокарбоната натрия (соды).

Если ожог от щелочи - промывать место ожога под проточной прохладной водой в течение 20-30 мин и наложить на поврежденную поверхность повязку (компресс) с 5-10% раствором борной или 2% раствором уксусной или лимонной кислоты.

Если ожог произошел от извести – смахнуть остатки сухого вещества сухой тряпочкой (ветошью), обработать пораженную поверхность любым маслом (подсолнечное, оливковое, машинное).

При большой площади ожога пострадавшего завернуть в чистую ткань, накрыть теплым одеялом и дать ему выпить сладкого чая.

### **При отморожении:**

- занесите пострадавшего в теплое помещение;
- снимите промерзшую обувь, носки, перчатки, одежду;
- постепенно отогревайте пострадавшего, завернув его в одеяла или сухую одежду;
- теплыми руками согрейте обмороженные участки тела, осторожно растирая их шерстяной тканью;
- если есть возможность сделайте тепловые ванны в течение 20-30 мин, температуру воды постепенно увеличивая с 20 до 40°C;
- затем поврежденные участки хорошо высушить, закрыть стерильной повязкой и тепло укрыть.

#### ***Нельзя:***

- обмороженные участки тела растирать снегом, льдом, т.к. при этом усиливается охлаждение, можно поранить кожу, что приведет к инфицированию раны;
- быстро согревать отмороженные участки тела, т.к. быстрый обогрев может вызвать сердечные проблемы;
- вскрывать образовавшиеся пузыри;
- смазывать обмороженные участки жиром, мазями, т.к. это усложняет дальнейшую обработку раны.

### **При тепловом ударе:**

- перенесите пострадавшего в прохладное помещение, расстегните тесную одежду;
- приложите к коже прохладные мокрые компрессы для охлаждения крупных кровеносных сосудов;
- обмахивайте пострадавшего, чтобы обеспечить вентиляцию;
- дайте пострадавшему охлажденной воды или напитка;
- не втирайте спирт, т.к. он приводит к закрытию пор кожи и препятствует выходу тепла;
- будьте готовы к проведению реанимационных мероприятий, т.к. тепловой удар может привести к остановке дыхания и инфаркту миокарда.

### **При обмороке:**

- уложить человека с опущенным головным концом;
- ингаляции с нашатырным спиртом;
- создать приток свежего воздуха;
- обрызгать холодной водой.

### **При судорогах:**

- постарайтесь предохранить пострадавшего от получения дополнительных травм, связанных с внезапным падением человека;
- защитите голову пострадавшего, подложив под нее что-нибудь мягкое;
- не пытайтесь остановить или каким-либо образом сдержать пострадавшего;
- положите человека на бок, чтобы жидкость (рвота, слюни) могла вытекать изо рта, а так же для предотвращения западения языка;
- не пытайтесь проложить что-либо между зубами пострадавшего, т.к. укус языка не приводит к сильному кровотечению, а сильное судорожное сжатие зубами твердого предмета может привести к травме (разрушению) зубов;
- после окончания судорог оставьте пострадавшего в положении на боку, пока он полностью не придет в себя;
- успокойте и приободрите пострадавшего, попросите окружающих не скапливаться вокруг пострадавшего;
- вызовите «Скорую помощь».

### **При кровотечении из носа:**

- усадить пострадавшего, голову наклонить вперед;
- попавшую в ротовую полость кровь – сплевывать, а не глотать;
- на переносицу и на затылок приложить холод;
- если решили вставить в носовые ходы тампоны, тот они должны быть большие, чтобы не провалились в глубь носовых пазух.

### **Инородное тело в ране:**

- не извлекайте предмет из раны;
- постарайтесь зафиксировать инородное тело в ране;
- помните, что любое движение инородного тела может привести к еще большим повреждениям внутренних тканей;
- остановите кровотечение, наложив повязку вокруг инородного тела.

### **При попадании инородного тела (занозы):**

- если можно, осторожно извлечь занозу, не допуская загрязнения раны;
- смазать рану йодом;
- наложить стерильную повязку;

### **При попадании инородного тела в глаз:**

- не пытайтесь извлечь инородное тело из глаза каким-либо инструментом;
- никогда не трите поврежденный глаз;
- попросите пострадавшего поморгать, пытаясь таким образом удалить инородное тело, накопившиеся слезы могут вымыть его из глаза;
- попытайтесь осторожно промыть глаз под водой;
- если это не поможет, прикройте глаз салфеткой, приклеив ее лейкопластырем, и обратитесь к врачу.

### **При кровотечении из уха (при наличии серьезной травмы головы):**

- не пытайтесь остановить выделения методом непосредственного давления на рану;
- наложите на ухо легкую стерильную повязку;

- немедленно вызовите скорую помощь и следите за состоянием пострадавшего (возможны: рвота, остановка дыхания, остановка сердечной деятельности).

#### **При попадании инородного тела в ухо (грязь, насекомое, ватный тампон):**

- если вы видите предмет и можете за него ухватиться, удалите его из уха;
- не пытайтесь удалить инородный предмет при помощи булавки, зубочистки или другого острого предмета (можно повредить барабанную перепонку);
- попробуйте удалить посторонний предмет, потянув за мочку уха вниз и попросите пострадавшего осторожно потрясти головой или похлопать по ней, наклонив ее в нужную сторону;
- обратитесь к врачу.

#### **При поражении электрическим током:**

- освободить пострадавшего от воздействия тока путем обесточивания линии, обрезать или снять провод с пострадавшего при помощи сухого или не проводящего ток предмета, при этом спасающему необходимо соблюдать меры защиты от поражения током;
- после снятия напряжения надо принять меры от падения пострадавшего, перенести его на свежий воздух;
- если пострадавший в сознании – оставьте его лежать на земле, ноги приподнимите на 30 см, дайте понюхать нашатырный спирт, обрызгайте холодной водой;
- если пострадавший находится в бессознательном состоянии (пульс и дыхание не определяются) - немедленно начать проведение искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца;

#### **При отравлении дымом, окисью углерода (угарный газ), пропаном (бытовой газ), токсическими газами:**

- вынести пострадавшего на чистый воздух или открыть окна и двери для поступления свежего воздуха;
- дайте понюхать нашатырный спирт, обрызгайте холодной водой;
- если пострадавший находится в бессознательном состоянии (пульс и дыхание не определяются) - произвести искусственное дыхание, удалив предварительно изо рта пострадавшего слизь и зубные протезы и вытянуть язык, взяв его чистой тканью;
- обеспечить пострадавшему обогрев и покой.

#### **При ранении в живот:**

С выпавшими внутренними органами (петли кишечника, сальник):

- выпавшие органы **не вправлять**;
- обложить влажной тряпочкой;
- наложить косыночную повязку;
- голову держать в приподнятом состоянии, ноги в коленных суставах согнуть;
- не давать пить, есть, курить.

Без выпавших органов:

- края раны свести, наложить пластырную повязку;
- приложить холод на место ранения;
- голову держать в приподнятом состоянии, ноги в коленных суставах согнуть;
- не давать пить, есть, курить.

#### **При проникающем ранении в грудь:**

- срочно наложить окклюзионную повязку (не пропускающую воздух);
- обезболить;
- транспортировать в полусидячем положении;
- следить за дыханием пострадавшего, может произойти остановка.