

План:

- 1. Понятие первой помощи.**
- 2. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь.**
- 3. Общие правила оказания первой помощи.**

1. Понятие первой помощи.

Первая помощь – это совокупность простых, целесообразных мер по охране здоровья и жизни пострадавшего от травмы или внезапно заболевшего человека. Первую помощь оказывают на месте происшествия, еще до прихода врача или до транспортировки пострадавшего в больницу.

Правильно оказанная первая помощь сокращает время лечения, способствует быстрейшему заживлению ран и часто является решающим фактором при спасении жизни.

Сущность оказания первой помощи заключается:

- в прекращении дальнейшего воздействия травмирующих факторов;
- в проведении простейших мероприятий, при оказании первой помощи;
- в обеспечении транспортировки в лечебное учреждение.

2. Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь.

1. Отсутствие сознания.
2. Остановка дыхания и кровообращения.
3. Наружные кровотечения.
4. Инородные тела верхних дыхательных путей.
5. Травмы различных областей тела.
6. Ожоги, эффекты воздействия высоких температур, теплового излучения.
7. Отморожение и другие эффекты воздействия низких температур.
8. Отравления.

3. Общие правила оказания первой помощи.

1. Убедиться, что при оказании первой помощи вам ничто не угрожает, и вы не подвергаете себя опасности.
2. Обеспечить безопасность пострадавшему и окружающим (например, извлечь пострадавшего из горящего автомобиля).
3. Проверить наличие у пострадавшего признаков жизни (пульс, дыхание, реакция зрачков на свет) и сознания. Для оценки сознания необходимо (по возможности) взять пострадавшего за плечи, аккуратно встряхнуть и задать какойлибо вопрос.
4. Вызвать скорую помощь (специалистов).

5. Оказать неотложную первую помощь. В зависимости от ситуации это может быть:

- восстановление проходимости дыхательных путей;
- сердечно-лёгочная реанимация;
- остановка кровотечения;
- другие мероприятия.

6. Обеспечить пострадавшему физический и психологический комфорт и дождаться прибытия скорой помощи (специалистов).

Признаки жизни и смерти

Определение признаков жизни и смерти:

Признаки жизни:

- Сердцебиение. Определяется на слух, приложив ухо к груди.
- Пульс – это ритмичное колебание стенки артерии в результате работы сердца. Определяется на сонной, бедренной и лучевой артерии. В тяжелых случаях только на сонной артерии. Пульс не измеряют большим пальцем.

Норма: для взрослого 60 - 80 ударов в минуту; ребенка 10 - 12 лет 90 - 100 ударов в минуту; грудного ребенка 120 - 140 ударов в минуту.

- Дыхание. Определяется по движению грудной клетки и живота или поднеся ко рту или носу пострадавшего зеркало, которое от дыхания запотеет.

- Реакция роговицы глаза на раздражение к ресницам аккуратно прикасаются кончиком носового платка (не пальцем!), роговица глаза раздражается, появляется роговичный рефлекс, глаз слезится, веко моргает. \

- Реакция зрачков на свет. Если человек лежит с открытыми глазами, то ему закрывают глаза ладонью на 5 - 10 секунд, а затем ладонь убирают и светят в глаза источником света (фонариком, дисплеем мобильного телефона). Зрачок должен сузиться.

- набухание вен конечностей ниже места их перетягивания;

Признаки клинической смерти:

- прекращение жизненно важных функций организма (дыхания и сердцебиения);

- судороги, в отличие от некоторых заболеваний (эпилептический припадок), судороги не ярко выражены;

- агональное дыхание – течение короткого времени (15 - 20 секунд), дыхание частое, поверхностное, хриплое, возможно появление пены у рта;

- реакция зрачков на свет сохранена, что подтверждает факт жизни головного мозга.

Признаки биологической смерти:

- наличие симптома «кошачий глаз», появляется через 25-30 минут после смерти, при сдавлении глаза зрачок деформируется и становится вертикальным, как у кошки.

- помутнение и высыхание роговицы глаза;
- похолодание тела и появление трупных пятен;
- трупное окоченение, которое возникает через 2-4 ч после смерти.

Что делать нельзя, при оказании первой помощи:

- переносить пострадавшего на другое место, если ему не угрожает огонь, обрушение конструкций здания, при необходимости осуществлять реанимацию;

 - прикасаться к ране руками или какими-либо предметами;

- вправлять выпавшие органы при повреждении грудной и брюшной полостей;

- давать воду или лекарство для приёма внутрь пострадавшему без сознания;

- удалять видимые инородные тела из раны брюшной, грудной или черепной полостей.

До прибытия скорой помощи инородные тела нужно накрыть перевязочным материалом и осторожно забинтовать;

- оставлять на спине пострадавшего без сознания, особенно при тошноте и рвоте. В зависимости от состояния его нужно повернуть на бок или, в крайнем случае, повернуть набок его голову;

- снимать одежду и обувь у пострадавшего в тяжёлом состоянии. В данном случае их следует разорвать или разрезать;

- пытаться извлечь потерпевшего из огня, воды, здания, грозящего обвалом, не приняв должных мер для собственной защиты и безопасности;

- допускать причинения дополнительной боли, которая ухудшит самочувствие пострадавшего при наложении повязки, шины.

Оказывая помощь нужно вести себя спокойно и уверенно, успокаивая и подбадривая пострадавшего. Нельзя усугублять его состояние своим взволнованным или озабоченным видом.

3. Общие правила оказания первой помощи

Первая помощь при обмороке

Обмороком – кратковременная потеря сознания, которая может случиться даже с абсолютно здоровым человеком по причине сердечной недостаточности, перегрева, сильного стресса или кислородного голодания мозга.

Первая помощь при обмороке должна быть оказана до приезда бригады скорой помощи, так как от этого порой зависит здоровье и жизнь пострадавшего.

Первая помощь при обмороке:

1. Придать пострадавшему горизонтальное положение, спиной вниз.
2. Проверить наличие пульса (при отсутствии признаков жизнедеятельности организма, необходимо выполнить комплекс мероприятий по сердечно-легочной реанимации).
3. Приподнять ноги, для обеспечения кровотока к мозговым тканям.
4. Расстегнуть сдавливающие части одежды (верхние пуговицы, пояс).
5. Голову сместить немного вбок, чтобы пострадавший не захлебнулся рвотными массами
6. При необходимости вызвать врача (бригаду скорой помощи).
7. Обеспечить пострадавшему приток свежего воздуха (открыть окно).
8. Согреть пострадавшего при помощи горячих грелок или пластиковых бутылок, наполненных горячей жидкостью
9. Обеспечить покой.

Что нельзя делать при обмороке:

- трясти, тормошить или производить иные резкие движения;
- подносить к носу пострадавшего нашатырь;
- насильно стараться напоить или дать медикаменты;
- пробовать привести в сознание пострадавшего при помощи оплеух.
- усаживать насильно пострадавшего или удерживать вертикальной позиции его, прислоняя к стене;
- перемещать пострадавшего, если обморок является следствием травмы.

Инородное тело в дыхательных путях.

Метод Геймлиха

Метод Геймлиха применяется, когда инородное тело попадает в верхние дыхательные пути, в таком состоянии человек хватается за своё горло и не в состоянии разговаривать или вдыхать воздух, цвет лица пострадавшего становится сине-красным. Пострадавший нуждается в немедленной помощи.

Первая помощь при инородном теле в дыхательных путях (поперхивание):

1. Необходимо встать за спиной пострадавшего (если он еще на ногах и не потерял сознания), обхватив его руками.
2. Сжать одну руку в кулак и той стороной, где большой палец, положить ее на живот пострадавшего на уровне между пупком и реберными дугами (в так называемую эпигастральную область живота).
3. Ладонь другой руки кладется поверх кулака, быстрым толчком вверх кулак вдавливается в живот. Руки при этом нужно резко согнуть в локтях, но грудную клетку пострадавшего не сдавливать.
4. При необходимости прием повторить несколько раз, пока дыхательные пути не освободятся. Если дыхательные пути освободились, у человека восстановится дыхание и появится нормальный цвет лица.

Прием Геймлиха - самопомощь

1. Сжать одну руку в кулак и той стороной, где большой палец, положить ее на живот на уровне между пупком и реберными дугами.
2. Ладонь другой руки кладется поверх кулака, быстрым толчком вверх кулак вдавливаются в живот.
3. Повторить несколько раз, пока дыхательные пути не освободятся.

Контрольные вопросы:

1. Первая помощь и её значение.
2. В чём заключается сущность ПП.
3. Перечислите принципы оказания первой помощи.