Памятка по ГО И ЧС "Первая Медицинская помощь"

**ПЕРВАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ**

|  |  |
| --- | --- |
| *Возможные ситуации* | *Ваши действия* |
| 1. Общие правила при оказании первой мед. помощиПОМНИТЕ: первая помощь - это временная мера, о осуществляемая для того, чтобы спасти жизнь, предотвратить дополнительные травмы и облегчить страдания до оказания квалифицированной медицинской помощи. | 1.    Вызовите «скорую помощь» (телефон - 03), убедитесь в том, что ни пострадавшему, ни вам не угрожает опасность.2.    По возможности оставьте потерпевшего лежать там, где он находится, пока его не осмотрят (если придётся его перемещать, делайте это с особой осторожностью).3.    Если у потерпевшего рвота, положите его на бок, чтобы не задохнулся. Если пострадавший не дышит, сделайте ему искусственное дыхание.4.    Накройте потерпевшего, чтобы он не замёрз, защитите его от дождя и снега, перевяжите и зафиксируйте травмированный орган. Выберите наиболее подходящий способ транспортировки пострадавшего в безопасное место. |
| 2. Обморок, потеря сознания. | 1. Положите  пострадавшего так, чтобы голова была ниже ног, и дайте нюхать нашатырный спирт. Если он без сознания и не дышит, освободите ему носоглотку - вытяните вперёд его нижнюю челюсть, наклоните голову назад (чтобы подбородок был выше носа) и вытяните его язык вперёд, чтобы он не закрывал собой носоглотку (не будет удушья).3. Если пострадавший не начал дышать, применяйте искусственное дыхание. |
| 3. Остановка кровотечения (общие правила). | 1. Положите потерпевшего так, чтобы рана была выше уровня сердца и остановите кровотечение свёрнутой в несколько слоев чистой тканью.2. Наложите повязку на рану и затяните её 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). |
| 4.Остановка артериального кровотечения.СПРАВКА: при артериальном кровотечении кровь ярко-красного цвета выбивается из раны сильной пульсирующей струей, а иногда фонтаном. | 1. Вызовите «скорую помощь».2. При отсутствии специального жгута (жгут кровоостанавливающий Эсмарха) сделайте его сами из куска ткани шириной не менее 5 см (не используйте верёвку, нейлон, женский чулок, провод) и поместите жгут на неповреждённую часть конечности выше или непосредственно над раной так, чтобы он не сползал при затягивании. Оберните ткань дважды вокруг конечности и наложите один конец ткани на другой, а затем пропустите один под другой. Если жгут резиновый  - энергично растяните его, наложите несколько раз так, чтобы витки ложились вплотную один к другому и чтобы между ними не попали складки кожи. Концы жгута завяжите или скрепите цепочкой.ПОМНИТЕ! При кровотечении на верхней конечности жгут накладывается  на верхней трети плеча; при кровотечении из артерий нижних конечностей - на средней трети бедра.3. Возьмите короткую крепкую палку и положите её поперёк полуузла на ткани и завяжите оба конца поверх папки на узел. Поверните палку так, чтобы жгут затянулся. Поворачивайте его, пока кровотечение не прекратится.4. Привяжите кусок ткани к концу палки и закрепите её вокруг конечности (т.о. хорошо зафиксируете жгут).ПОМНИТЕ! Если жгут наложен слищком туго, возможно омертвение кожи (первый признак - посинение участка тела, где наложен жгут). Для предотвращения омертвения тканей слегка ослабьте жгут или закрутку на ране до появления 1-2 капель крови и потом вновь слегка закрутите их. К жгуту или закрутке прикрепите лист бумаги, где укажите время их наложения (нельзя держать жгут более 1,5 часа). |
| 5. Остановка венозного кровотечения.СПРАВКА: при венозном кровотечении цвет крови темно-красный (похожий на вишневый, иногда даже желто-красный), само кровотечение напоминает по своему виду вытекание воды из родника и проходит без толчков. | 1. ПОМНИТЕ! Вену сдавливают ниже места ее повреждения!2. Приподнимите кровоточащую часть тела, наложите давящую повязку или жгут. |
| 6. Проникающее ранение грудной клетки. | 1. Если пуля или острый предмет пробили грудную клетку, слышится свистящий звук при вдохе и выдохе. Чтобы не наступил коллапс лёгких, отверстие необходимо закрыть. Это можно сделать рукой, полиэтиленовым пакетом, лейкопластырем или сложенной слоями чистой тканью.2. Независимо от того, находится ли пострадавший в сознании, его кладут на бок травмированной стороной вниз. |
| 7. Ранение брюшной полости.Внутреннее кровотечение в брюшную полостьСИМПТОМЫ: головокружение, потеря сознания, кожные покровы бледные. | 1. Наложите на рану чистую тканевую повязку. Если кишечник или другие внутренние органы вывалились наружу, не пытайтесь вернуть их на место.2. Придайте пострадавшему наиболее удобное положение. Под согнутые в коленях ноги подложите свёрнутое одеяло, это снизит давление на стенку брюшной полости.3. Не давайте пострадавшему пить, даже если он требует воды - возможно проникновение из поврежденных внутренних органов в брюшную полость (нельзя также есть или курить).1. Вызовите «скорую помощь».2. Немедленно уложите пострадавшего, создайте ему покой, на живот положите пузырь со льдом или холодной водой, к ногам - грелку, губы смачивайте влажным тампоном. |
| 8. Перелом (открытый, закрытый). | 1. Остановите сильное кровотечение при открытом переломе наложением давящей повязки или жгута.2. Примите болеутоляющее средство.3. Вызовите «скорую помощь».4. Разрежьте одежду в месте перелома, наложите на рану стерильную повязку.5. Наложите шину так, чтобы суставы выше и ниже перелома были неподвижными (если нет шин для иммобилизации используйте доски, полосы фанеры, картона)6. Поврежденную руку необходимо подвесить на косынку и прибинтовать к туловищу, а поврежденную ногу дополнительно прибинтовать к здоровой ноге. |
| 9.Поражение электрическим током. | 1. Отключите источник электрического тока (работайте с электричеством только сухими руками; никогда не пользуйтесь электроприборами на мокром полу, скамейке или столе).2. Если невозможно отключить ток, прекратите его дальнейшее воздействие - оттащите самого пострадавшего или уберите оголенные провода с тела безопасным предметом (он должен быть из материала, не проводящего или плохо проводящего электрический ток). Доска, палка, кусок стекла, сложенная газета, обувь на резиновой подошве, кеды, одежда - все эти предметы можно использовать, если они сухие. ВНИМАНИЕ! Никогда не прикасайтесь к потерпевшему, пока вы не отключили ток или не убрали с его тела провод.3. Посмотрите, дышит ли пострадавший. Убедитесь в том, что дыхательные пути свободны (при необходимости применяйте искусственное дыхание).  Если потерпевший - без сознания, но дышит, придайте ему безопасное положение. |