

Первая доврачебная ПОМОЩЬ



При повреждении кожных поверхностей



Кожу вокруг раны 2-3 раза смазать раствором йода, рану закрыть стерильной марлей, положить немного ваты и забинтовать.

Правильно налаживаем жгут



Жгут должен быть наложен выше повреждения на расстоянии примерно 5 см; поместить прокладку между поврежденной конечностью и жгутом.

В качестве жгута можно использовать широкую полосу материи, типа сложенной в несколько раз треугольной косынки, которая оборачивается дважды вокруг конечности.

Первая помощь при ушибах



Положить холодный компресс на место ушиба на 25-30 минут, при сильных ушибах мягких тканей и суставов наложить тугую повязку, пострадавшему обеспечить удобное положение и покой.

Помощь при вывихах



Зафиксировать сустав в удобном для пострадавшего положении. Для этого используются шины, повязки. В таком положении доставляют в больницу.

Ни в коем случае не следует пытаться вправить поврежденный сустав!

Помощь при остановке дыхания.



Необходимо уложить на спину, рукой приподнять шею и запрокинуть голову, открыть рот, удалить инородные предметы и жидкость, зажать пальцами нос пострадавшего и провести искусственное дыхание рот в рот с частотой 10-12 выдохов в одну минуту.

Помощь при остановке сердца



Пострадавшего уложить на ровную твердую поверхность, убедиться в остановке сердца, проверить, цела ли грудная клетка. Реанимацию следует проводить, надавливая двумя руками на нижний отдел грудины и левую половину грудной клетки с частотой 60 раз в одну минуту.

Помощь при обмороке



Уложить пострадавшего на спину, приподнять ноги и руки, свесить голову вниз, облить лицо холодной водой, похлопать по щекам, дать понюхать нашатырный спирт, вынести на свежий воздух.

Основное требование при оказании первой медицинской помощи: НЕ НАВРЕДИ!

