

Безопасность детей в летний период

Солнечный удар

СОЛНЕЧНЫЙ УДАР: КАК ОКАЗАТЬ ПЕРВУЮ ПОМОЩЬ

Наконец-то пришла пора отпусков, моря и солнца. Мы так долго ждали этого тепла, что теперь можем в спешке забыть о самом главном - здоровье. Конечно, солнечные ванны и холодное море - это прекрасно, но в теплой неге очень просто не уследить за временем и получить солнечный удар.

01 Аккуратно положить пострадавшего в прохладное темное место, которое проветривается

02 Если что-то из одежды мешает человеку получать кислород, устранить это (ослабить ремень, снять обувь и т. д.). Вызвать врача или скорую помощь.

03 Смочи салфетку или полотенце и положи больному на голову, шею и в паховую область. Не пытайся погрузить его в водоем или ванную с холодной водой.

04 Если пострадавший не приходит в себя уже более 3-5 минут, перевернуть его на бок и зафиксировать в таком положении.

05 При судорогах и галлюцинациях обернуть человека от травм.

06 Напоить прохладной водой, если больной пришел в сознание.

СИМПТОМЫ СОЛНЕЧНОГО УДАРА

- Усталость и вялость, боли в теле.
- Головная боль, головокружение, шум в ушах.
- Сильная жажда и потоотделение (или его полное отсутствие при тяжелом случае).
- Тошнота и рвота.
- Расстройства дыхания, судороги и галлюцинации.






Если хотя бы несколько пунктов совпадают, нужно действовать немедленно, иначе последствия могут быть плачевными, вплоть до летального исхода. Старайся не теряться и не совершать необдуманных действий, чтобы не навредить больному.



*Данные с health.unian.net

Солнечный ожог

ЧТО ДЕЛАТЬ ПРИ СОЛНЕЧНОМ ОЖОГЕ

- ПЕЙТЕ БОЛЬШЕ ВОДЫ 
- ИСПОЛЬЗУЙТЕ ПАНТЕНОЛ 
- ПРИМИТЕ ХОЛОДНЫЙ ДУШ 
- НЕ РАСТИРАЙТЕ КОЖУ 
- НЕ ПОЛЬЗУЙТЕСЬ ПАРФЮМОМ 
- ОТКАЖИТЕСЬ ОТ ЧАЯ И КОФЕ 

Насекомые



Первая помощь при укусах насекомых:



Первая помощь при укусах жалящих насекомых (ос, пчел):

1. удаление жала (только у пчел) и по мере возможности выдавливание из ранки ядовитого вещества;
2. прикладывание холода к месту укуса с целью предотвращения дальнейшего всасывания яда и уменьшения болевого синдрома;
3. При ухудшении общего состояния незамедлительное обращение к врачу



При укусе клеща – не пытайтесь самостоятельно вытащить клеща!!!
Немедленно обратитесь к врачу



Укусы животных



Помощь при укусах животных:



1. Хорошо промойте рану водой с мылом.
2. Обработайте рану перекисью водорода
3. Прижмите рану на несколько минут стерильной марлевой салфеткой, чтобы остановить кровотечение.
4. После остановки кровотечения обработайте края раны настойкой йода.
5. Положите на рану стерильную марлевую повязку.
6. Незамедлительно обратитесь к врачу.



Ссадины

Первая помощь при ссадинах:



- промыть ссадину перекисью водорода или водой с мылом;
- смазать рану раствором бриллиантовой зелени (зелёной);
- наложить стерильную повязку, или приложить лист подорожника, или наклеить бактерицидный пластырь.

Синяки и ушибы

Первая помощь при ушибах

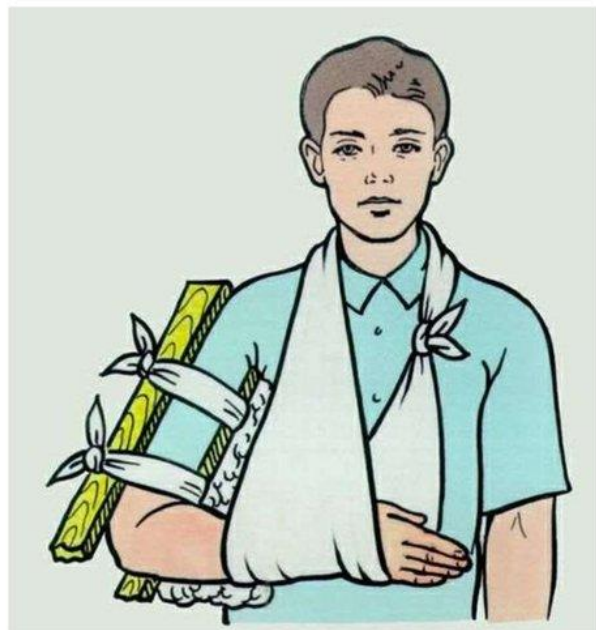
- пострадавшего успокоить
- наложить тугую повязку
- приложить холод



- консультация врача

Вывихи

Первая помощь при переломах и вывихах



- Виды переломов и вывихов.
- Признаки переломов и вывихов.
- Основные правила наложения шин и повязок.

Переломы

Первая помощь при переломах костей



1 Остановка наружного кровотечения

2 Предупреждение шока, а при развившемся – борьба с ним (обезболивание), холод;



3 Создание неподвижности костей в месте перелома (иммобилизация)

4 Быстрейшая доставка пострадавшего в лечебное учреждение



Пищевые отравления

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ПИЩЕВОМ ОТРАВЛЕНИИ

Немедленное промывание желудка водой: обильное питье (1,5—2 л) и вызывание искусственной рвоты путём раздражения корня языка.

Промывать надо до «чистой воды».

Дать активированный уголь.

Следует вызвать скорую помощь или доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

