

Первая медицинская помощь при травмах

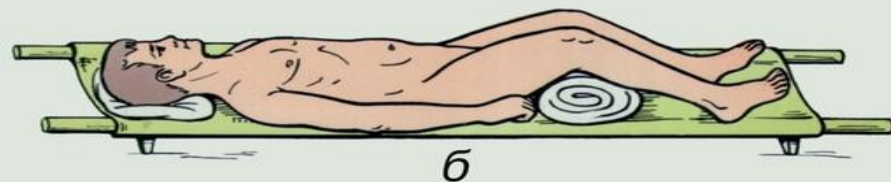
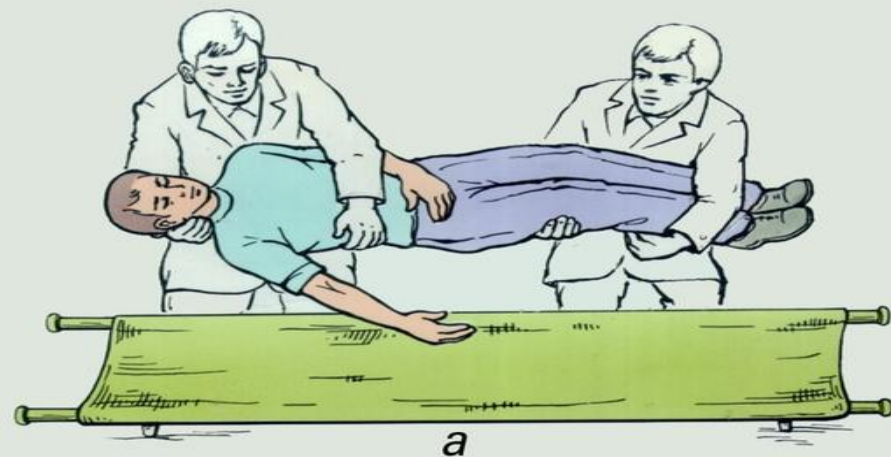


Травма

Травма – это повреждение, под которым понимают нарушение анатомической целостности или физиологических функций органов и тканей тела человека, возникшее в результате внешних воздействий.

Повреждения делятся на **закрытые** и **открытые** (с нарушением кожного покрова)

Наиболее распространённым видом травм являются травмы опорно-двигательного аппарата.

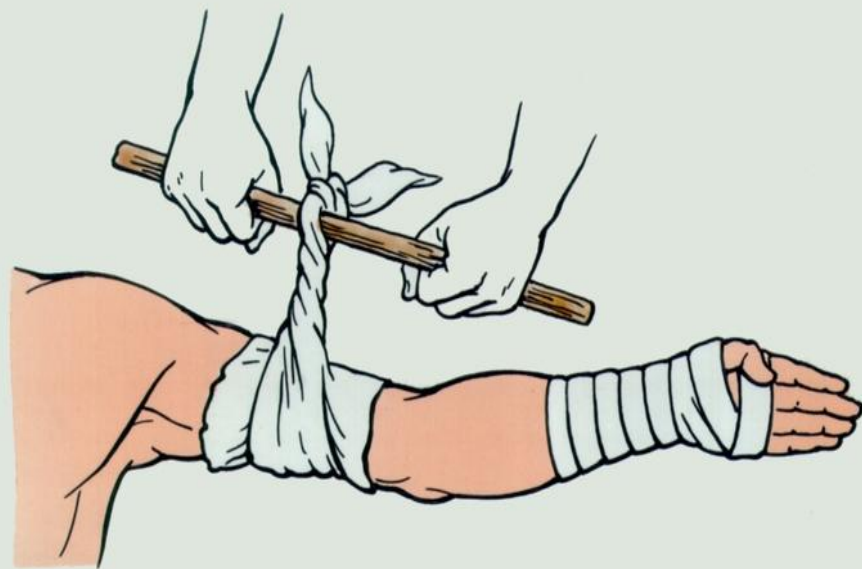


а

б

Такие травмы можно получить при различных обстоятельствах: при падении, ударах, неловком движении, различных авариях.

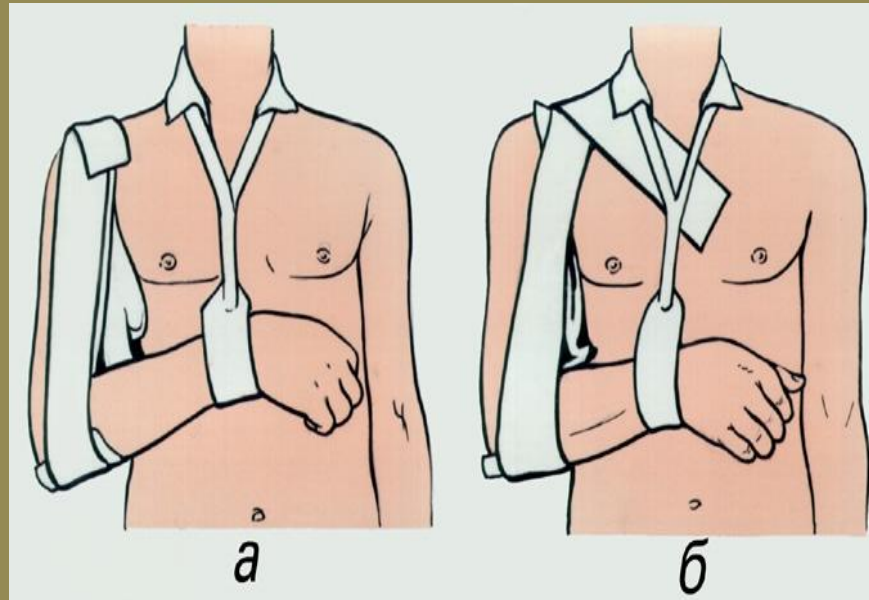
Выделяют четыре основных вида травм опорно-двигательной системы: переломы, вывихи, растяжения и разрывы связок, растяжения или разрывы мышц и сухожилий.



Перелом

Перелом – это нарушение целостности кости. Переломы возникают при падениях, ударах, авариях в зонах поражения чрезвычайных ситуаций. Они могут быть **закрытыми** и **открытыми**. При открытых переломах в месте перелома образуется рана.

Основные признаки перелома: боль, припухлость, кровоподтёк и нарушение подвижности конечности. При открытых переломах в ране могут быть видны отломки костей.



Перелом, как правило, сопровождается кровотечением. Особенно опасно артериальное кровотечение.

При оказании ПМП при переломах в первую очередь обеспечивается неподвижность кости в месте перелома путём иммобилизации конечности.

При открытых переломах, сопровождающихся кровотечением, сначала принимают меры по остановке кровотечения, затем рану закрывают стерильной повязкой, вводят обезболивающее и затем проводят иммобилизацию.



ПМП при вывихах, растяжениях и разрывах связок, при растяжении мышц и сухожилий

Вывихи возникают при смещении суставных поверхностей костей. При этом нарушается целостность суставной сумки, иногда разрываются связки.

Основные **признаки вывихов в суставах конечностей**: боль в суставе, нарушение движений в нём, изменение формы сустава.



Растяжение и разрыв связок происходят при неудачном прыжке, падении, поднятии тяжестей. При этом появляется боль в повреждённом суставе, образуется припухлость, ограничиваются движения.



Растяжение мышц и сухожилий

обычно вызываются подъёмом тяжестей, чрезмерной мышечной работой, резким или неловким движением.

Наиболее распространёнными являются растяжения бедра или голени.

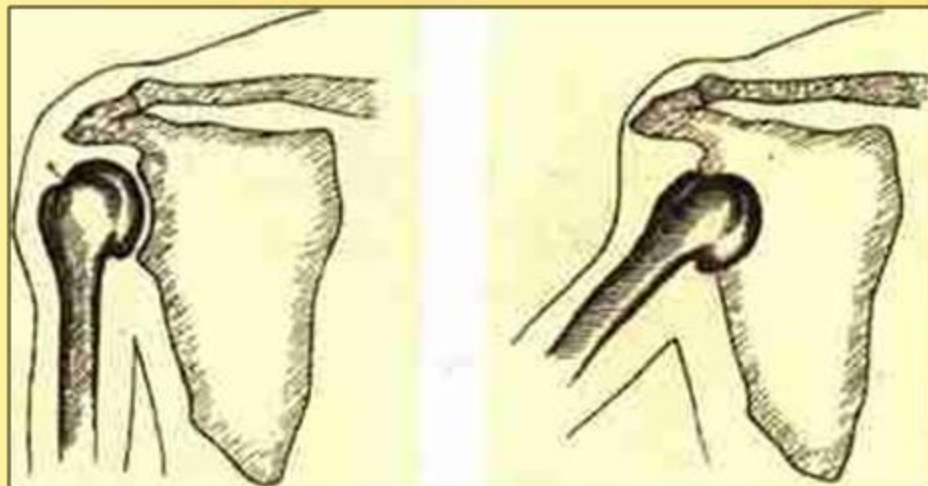


Во время оказания ПМП при **вывихах, растяжениях связок и мышц** необходимо:

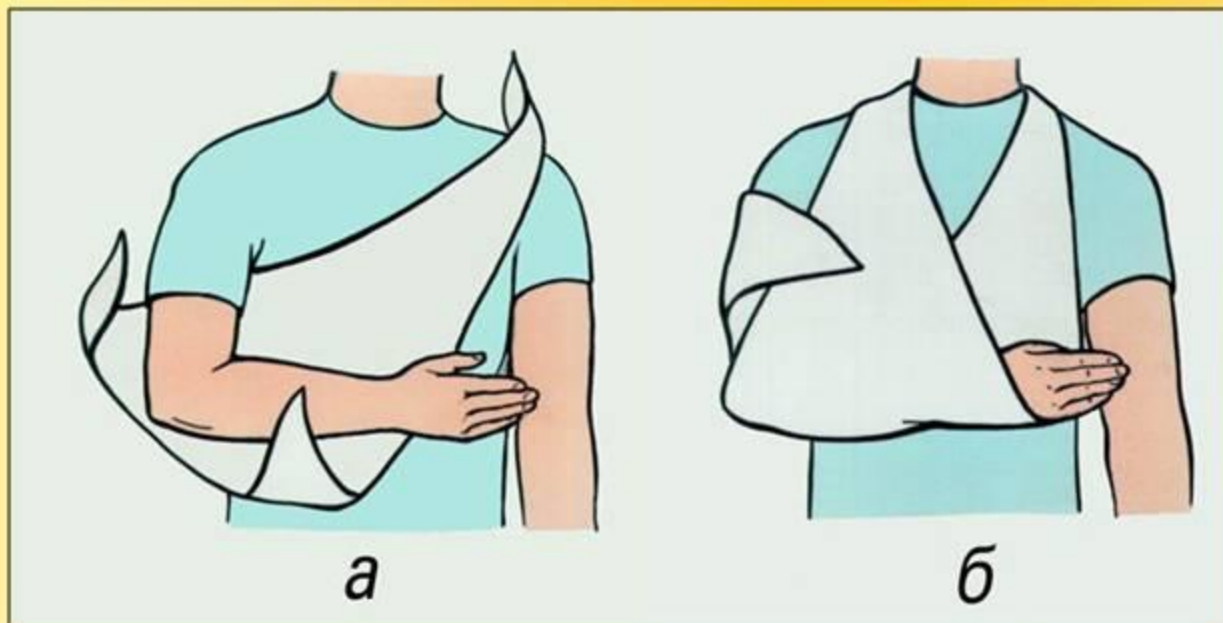
- не причинять пострадавшему дополнительной боли;
- помочь ему принять удобное положение, обеспечить покой и неподвижность повреждённой части тела;
- перемещение пострадавшего производить только в том случае, если не ожидается прибытие «скорой помощи» или если в силу сложившихся обстоятельств необходимо

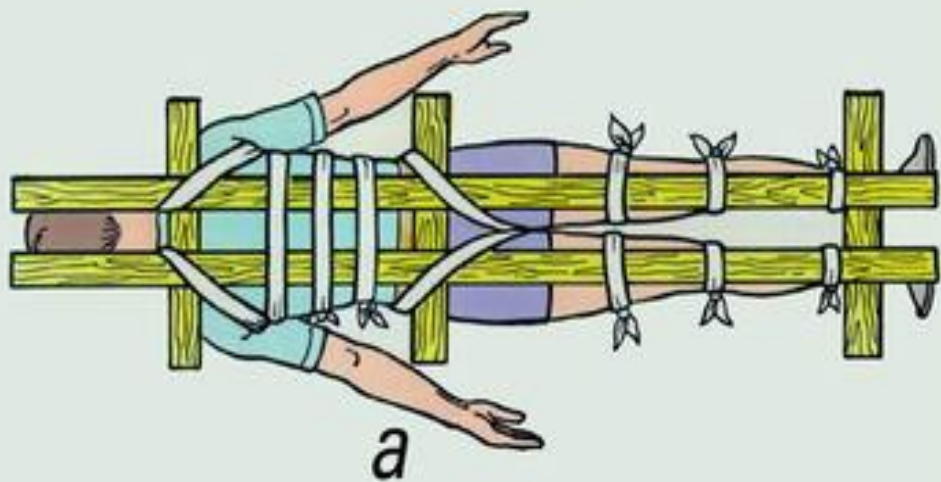
- Чем сопровождается вывих сустава? Что ощущает человек при этом?

- Какую помощь необходимо оказать пострадавшему при вывихе?

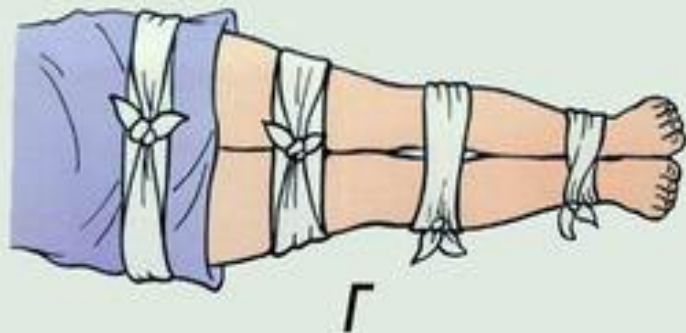


Вид сустава при вывихе

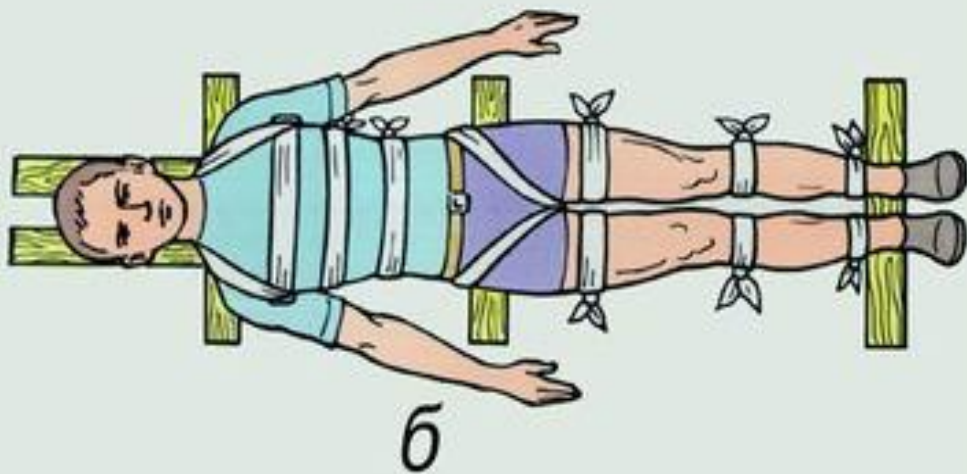




а



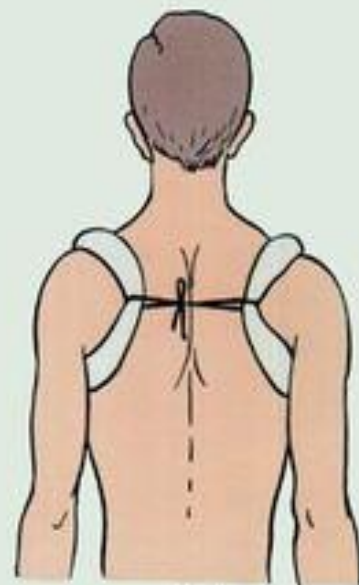
г



б



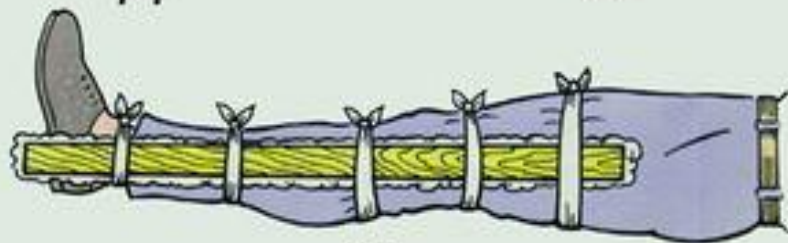
д



е



в



ж

ОСОБЕННОСТИ НАЛОЖЕНИЯ ШИН, ЕСЛИ ПОСТРАДАВШИЙ НАХОДИТСЯ В ПОЗЕ "ЛЯГУШКИ"



НЕОБХОДИМО:

- уложить пострадавшего на спину
- подложить под колени валик из одежды

ПЕРЕНОСИТЬ ИЛИ ПЕРЕВОЗИТЬ ПОСТРАДАВШЕГО МОЖНО ТОЛЬКО НА ТВЕРДЫХ НОСИЛКАХ, ЩИТЕ, ДВЕРИ И Т.П.

Четыре заповеди как сохранить жизнь пострадавшему до приезда спасательных служб

ЗАПОВЕДЬ ПЕРВАЯ

Самое главное – не суетись

Вздыхни поглубже и вспомни последовательность действий
(Не продуманные и спонтанные поступки обречены на непоправимые ошибки)

ЗАПОВЕДЬ ВТОРАЯ

Прежде чем начать действовать – обязательно оцени состояние пострадавшего, находящегося без сознания
(Только при наличии пульса на сонной артерии пострадавшего можно повернуть на живот)

ЗАПОВЕДЬ ТРЕТЬЯ

Только уверенные действия и чёткие команды позволят взять ситуацию под контроль
(Это даст возможность быстро найти помощников и оперативно скоординировать их действия)

ЗАПОВЕДЬ ЧЕРВЁРТАЯ

Если ты остался с пострадавшим один – не отчаивайся! Главное повернуть его на живот
(По крайней мере в этой ситуации ты сделал самое необходимое)



Заключение

При любой травме, за исключением открытого перелома целесообразно к травмированному месту прикладывать лёд. Холод помогает облегчить боль и уменьшить опухоль.

При растяжении связок и мышц после того, как спадёт припухлость, можно прикладывать тёплые компрессы для ускорения процесса заживления.

В соответствии с Федеральным законом «О защите населения и предприятий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» граждане Российской Федерации обязаны изучить основные приёмы оказания первой медицинской помощи пострадавшим и постоянно совершенствовать свои знания и практические навыки в данной области

Домашнее задание
§ 8.3 стр.212-215