ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ПРАВИЛА ОКАЗАНИЯ ПЕРВОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ.

Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательнго аппарата.

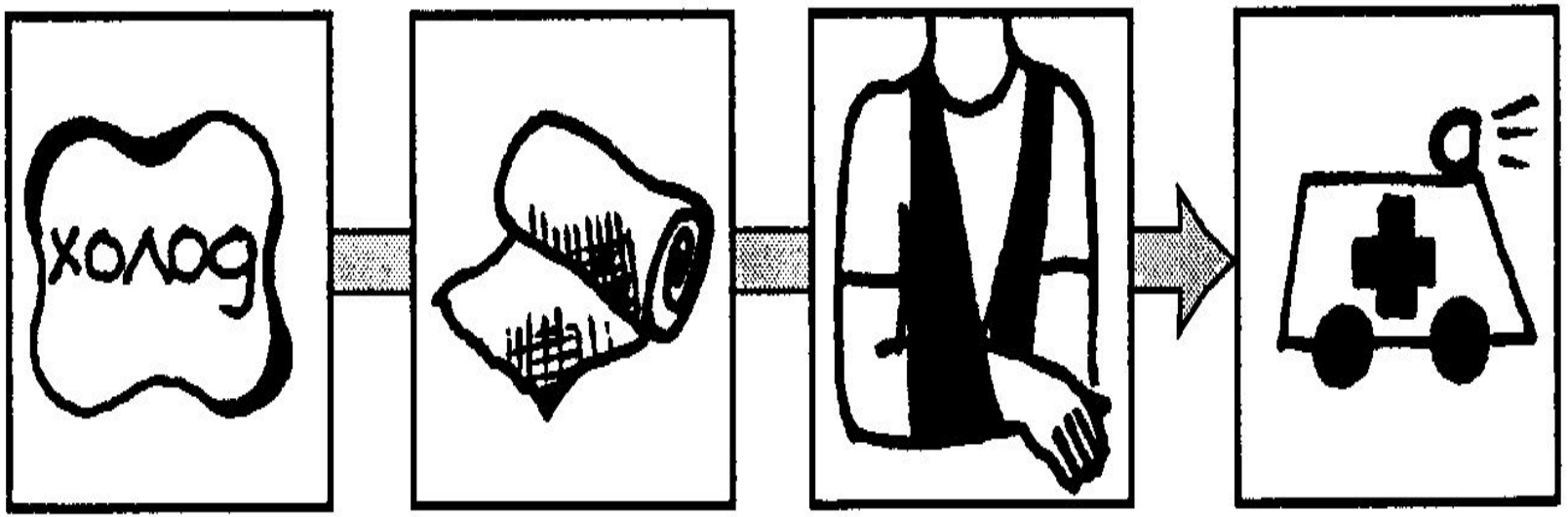
- **Ушиб** – при ударе твёрдым тупым предметом или падении на твёрдую поверхность возникают закрытые повреждения тканей.

Типичные признаки ушиба:

- - боль, усиливающая при движении
- - припухлость тканей (отёк)
- - кровоподтёк
- - нарушение функций (при сильном ушибе ноги невозможно бегать, прыгать, ушибленной рукой трудно поднимать и даже передвигать вещи)

Схема 82

Оказание первой медицинской помощи при ушибах



Наложить холод на место ушиба

Наложить на место ушиба тугую повязку

Обеспечить покой поврежденной конечности

Доставить пострадавшего в медицинское учреждение

Растяжение

- Механическое воздействие на мягкие ткани не очень большой силы в виде продольной тяги может вызвать растяжение связок и повреждение кровеносных сосудов.
- Чаще всего такие травмы бывают на верхней и нижней конечности – в плечевом и голеностопном суставах.

фиксирующая повязка
охлаждение
тугая повязка
Первая помощь при ушибах и растяжениях

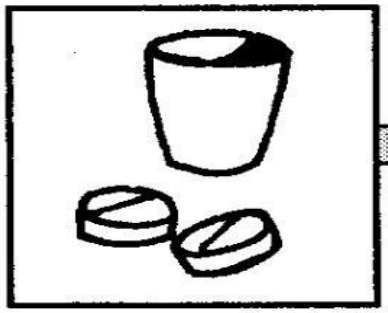
- **Вивих** - смещение костей относительно друг друга в области сустава.

Признаки вивиха:

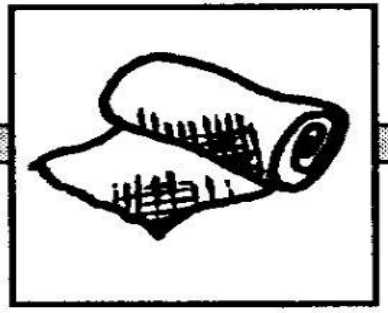
- Заметны изменение формы сустава, необычное положение конечности, изменение её длины, пострадавший испытывает боль в суставе, невозможность движения в нём.

Схема 83

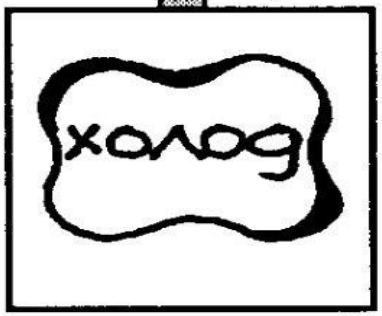
Оказание первой медицинской помощи при вывихах



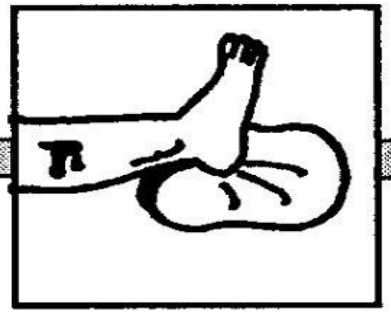
Дать пострадавшему
обезболивающее средство



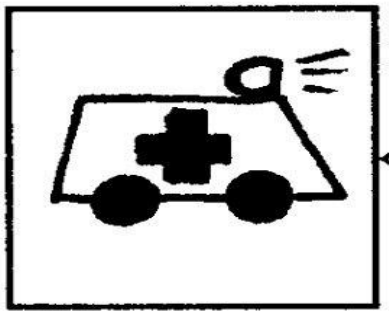
Наложить
тугую повязку



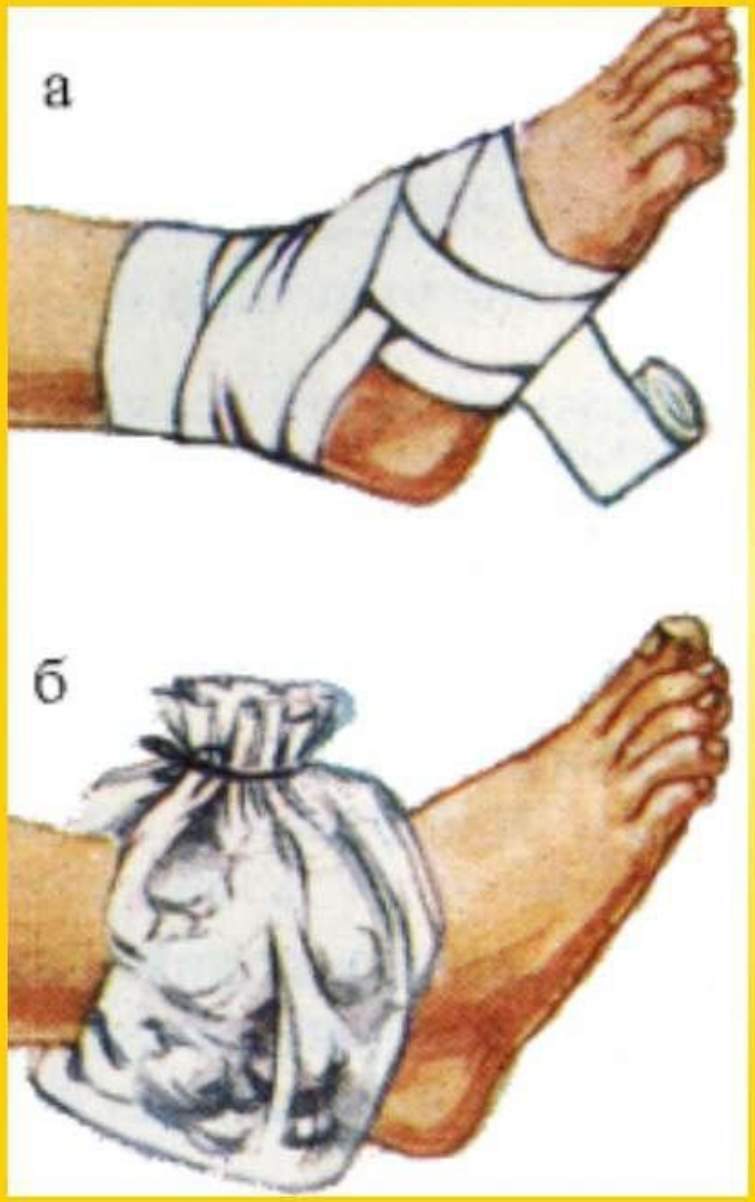
Наложить
холод



Обеспечить покой
поврежденной конечности



Доставить пострадавшего
в медицинское учреждение



Помощь при ушибах и вывихах в области голеностопного сустава:

а - фиксирующая повязка;
б - лед (снег) в полиэтиленовом пакете на место травмы

- **Разрыв** – быстрое механическое воздействие на мягкие ткани с большой силой может вызвать разрывы связок, мышц, сухожилий, сосудов и нервов.

Первая помощь при растяжении связок

1. Для уменьшения боли наложить холодный компресс

2. Наложить тугую повязку

3. Обеспечить поврежденному суставу покой

РАСТЯЖЕНИЕ

- Растяжение – повреждение мягких тканей (связок, мышц, сухожилий, нервов) под влиянием силы, не нарушающей их целости. Чаще всего происходит растяжение связочного аппарата суставов при неправильных, внезапных и резких движениях, выходящих за пределы нормального объема движений данного сустава.
- ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ предусматривает обеспечение покоя пострадавшему, тугое бинтование поврежденного сустава, обеспечивающее его подвижность и уменьшение кровоизлияния. Затем необходимо обратиться к врачу – травматологу.

Первая медецинская помощь при разрывах связок и мышц
1. На поврежденное место положить холод
2. Наложить тугую повязку и обеспечить покой
3. В качестве обезболивающего средства дать пострадавшему таблетки анальгина
4. Для уменьшения отека конечности, ей следует придать возвышенное положение
5. Обратиться к врачу