

**ЧТО ПРОИСХОДИТ  
С ЧЕЛОВЕКОМ  
ПРИ ПОЖАРЕ  
С  
ФИЗИОЛОГИЧЕСКО  
Й  
И С  
ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ**

**КОГДА ЧЕЛОВЕК ОЧЕНЬ СИЛЬНО ВОЛНУЕТСЯ ИЛИ ЧЕГО-ТО БОИТСЯ, НАПРИМЕР, ЯЗЫКОВ ПЛАМЕНИ ЗА ДВЕРЬЮ, В ПЕРВУЮ ОЧЕРЕДЬ ЕМУ НУЖНО УСПОКОИТЬСЯ.**

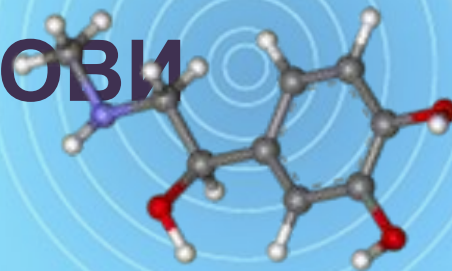
**КАК БЫСТРО И ЭФФЕКТИВНО ВЕРНУТЬСЯ В СПОКОЙНОЕ СОСТОЯНИЕ, КОГДА ОБЫКНОВЕННО ГЛОТНУТЬ ПРОХЛАДНОЙ ВОДЫ И ГЛУБОКО ВЗДОХНУТЬ СВЕЖИЙ НЕТ ВОЗМОЖНОСТИ?**

- 1. МЫСЛЕННО МНОГО РАЗ ВНУСИТЬ СЕБЕ, ЧТО ВСЁ ХОРОШО И ВЕСЬ ОКРУЖАЮЩИЙ В ДАННЫЙ МОМЕНТ УЖАС СКОРО ЗАКОНЧИТСЯ**
- 2. ПРЕДСТАВИТЬ ПЕРЕД ГЛАЗАМИ ЦЕЛЬ И ПОСТОЯННО К ВОЗВРАЩАТЬСЯ, НАПРИМЕР, Я ПРИДУ ДОМОЙ И ТАМ МЕНЯ ЖДЁТ МОЯ КОЛЛЕКЦИЯ ШОКОЛАДОК**
- 3. ПРЕДСТАВИТЬ ПЕРЕД ГЛАЗАМИ ЛЮБИМОГО ГЕРОЯ КНИГ, ФИЛЬМОВ И Т.Д., КОТОРЫЙ ГОВОРИТ ЧТО-ТО НАПОДОБИЕ: «МНЕ ЖЕ УДАЛОСЬ ДОЙТИ ДО МОРДОРА ЖИВЫМ И НЕВРЕДИМЫМ- ЗНАЧИТ И ТЫ СМОЖЕШЬ»**

**ГЛАВНОЕ- НЕ ДУМАТЬ О ЧЕМ-ТО НЕГАТИВНОМ И ФИЛОСОФСКОМ, ПОТОМУ ЭТО ТОЛЬКО УХУДШИТ**

**ЭМОЦИОНАЛЬНУЮ СВОЮ СОСТОЯНИЕ**

КОГДА ЧЕЛОВЕК  
СТАЛКИВАЕТСЯ  
С УСИЛЕННОЙ МЫШЕЧНОЙ  
РАБОТОЙ ИЛИ КАКОЙ-ЛИБО  
УГРОЗОЙ, В ЕГО КРОВИ  
ПОВЫШАЕТСЯ  
СОДЕРЖАНИЕ  
**АДРЕНАЛИНА**,  
НЕЙРОМЕДИАТОРА И  
ОСНОВНОГО  
ГОРМОНА МОЗГОВОГО  
ВЕЩЕСТВА  
НАДПОЧЕЧНИКОВ



УГАРНЫЙ ГАЗ ЛЕГКО ПРОНИКАЕТ ЧЕРЕЗ АЛЬВЕОЛЯРНУЮ ОБОЛОЧКУ ЛЁГКИХ В КРОВЬ, ГДЕ СОЕДИНЯЕТСЯ С ГЕМОГЛОБИНОМ, ДЕЛАЯ ЕГО НЕСПОСОБНЫМ К ПЕРЕНОСУ КИСЛОРОДА. КОГДА В ЧЕЛОВЕЧЕСКОМ МОЗГЕ ВОЗНИКАЕТ КИСЛОРОДНОЕ ГОЛОДАНИЕ, ОН СТАНОВИТСЯ СОНЛИВЫМ, МЕНЕЕ СООБРАЗИТЕЛЬНЫМ, МАЛОАКТИВНЫМ И ВСЕ ЕГО РЕФЛЕКСЫ ЗАТУПЛЯЮТСЯ..

### **СИМПТОМЫ ОТРАВЛЕНИЯ ЛЕГКОЙ ТЯЖЕСТИ:**

ГОЛОВНАЯ БОЛЬ, СТУК В ВИСКАХ, ГОЛОВОКРУЖЕНИЕ, БОЛИ В ГРУДИ, СУХОЙ КАШЕЛЬ, СЛЕЗОТЕЧЕНИЕ, ТОШНОТА, РВОТА, ВОЗМОЖНЫ ЗРИТЕЛЬНЫЕ И СЛУХОВЫЕ ГАЛЛЮЦИНАЦИИ, ПОКРАСНЕНИЕ КОЖНЫХ ПОКРОВОВ, ПОВЫШЕНИЕ АРТЕРИАЛЬНОГО ДАВЛЕНИЯ.

### **СИМПТОМЫ ОТРАВЛЕНИЯ СРЕДНЕЙ ТЯЖЕСТИ:**

СИЛЬНЫЙ ШУМ В УШАХ, СОНЛИВОСТЬ, ВОЗМОЖЕН ДВИГАТЕЛЬНЫЙ ПАРАЛИЧ ПРИ СОХРАНЁННОМ СОЗНАНИИ

ЕСЛИ ПОЯВЛЯЮТСЯ БОЛЕЕ ТЯЖЕЛЫЕ СИМПТОМЫ, ТАКИЕ КАК ПОТЕРИ СОЗНАНИЯ ИЛИ СУДОРОГИ, ТО ТОГДА ЭТО **ТЯЖЕЛОЕ ОТРАВЛЕНИЕ**

НЕ СЧИТАЯ ОТРАВЛЕНИЯ УГАРНЫМ ГАЗОМ, ТАКЖЕ ПРИ ПОЖАРЕ МОЖНО ПОЛУЧИТЬ ОЖОГИ РАЗНОЙ СТЕПЕНИ ТЯЖЕСТИ, НО ОКАЗАНИЕ ПОМОЩИ ПРИ ОЖОГАХ ВСЕ-РАВНО ПРАКТИЧЕСКИ ЕДИНО:

- 1. ПОДСТАВИТЬ ОБОЖЖЕННЫЙ УЧАСТОК ПОД СТРУЮ ХОЛОДНОЙ ВОДЫ, ЧТО СПОСОБСТВУЕТ СНИЖЕНИЮ ВНУТРИКОЖНОЙ ТЕМПЕРАТУРЫ, УМЕНЬШАЕТ СТЕПЕНЬ И ГЛУБИНУ ПРОГРЕВАНИЯ ТКАНЕЙ, ЧТО В РЯДЕ СЛУЧАЕВ ПРЕДОТВРАЩАЕТ РАЗВИТИЕ БОЛЕЕ ГЛУБОКОГО ОЖОГА.**
- 2. ПОСЛЕ ТОГО КАК С ПОСТРАДАВШЕГО СБИТО ПЛАМЯ, И ОН ИЗВЛЕЧЕН ИЗ-ПОД СТРУИ ГОРЯЧЕГО ПАРА ИЛИ ЖИДКОСТИ, НА МЕСТЕ ПРОИСШЕСТВИЯ НА ОЖОГОВЫЕ РАНЫ НАЛОЖИТЬ СТЕРИЛЬНЫЕ МАРЛЕВЫЕ ИЛИ ПРОСТО ЧИСТЫЕ ПОВЯЗКИ ИЗ ПОДРУЧНОГО МАТЕРИАЛА (ПЛАТКИ, КУСКИ БЕЛЬЯ И ДР.). НЕ СЛЕДУЕТ ОТРЫВАТЬ ОТ ОБОЖЖЕННОЙ ПОВЕРХНОСТИ ПРИЛИПШУЮ ОДЕЖДУ ЛУЧШЕ ОБРЕЗАТЬ НОЖНИЦАМИ.**

**ПОСТРАДАВШЕГО С ОБШИРНЫМИ ОЖОГАМИ РАЦИОНАЛЬНЕЕ ЗАВЕРНУТЬ В СВЕЖЕВЫГЛАЖЕННУЮ ПРОСТЫНЮ И УЛОЖИТЬ В ПОСТЕЛЬ. НИ В КОЕМ СЛУЧАЕ НЕЛЬЗЯ ПРОКАЛЫВАТЬ ВОЗНИКШИЕ ПУЗЫРИ. ЕСЛИ У ОБОЖЖЕННОГО ПОЯВИЛСЯ ОЗНОБ, СОГРЕТЬ ЕГО: УКРЫТЬ, ДАТЬ ОБИЛЬНОЕ ТЕПЛОЕ ПИТЬЕ. ОЧЕНЬ ВАЖНО СОЗДАТЬ**

**Спасибо за  
внимание!**

