

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ СИНДРОМЕ ДЛИТЕЛЬНОГО СДАВЛЕНИЯ



- При длительном сдавливании мягких тканей может развиваться синдром длительного сдавления («краш-синдром») или травматический токсикоз.
- При продолжительном сдавливании происходит нарушение кровоснабжения и образование токсических веществ в сдавленной конечности, а при ее освобождении – всасывание в кровь токсических веществ.
- Синдром длительного сдавления является одной из самых распространенных причин смерти людей, которые попадают в завал и находятся там в зажатом состоянии в течение нескольких часов или дней.

Первые признаки синдрома длительного сдавления могут проявиться через 15 минут после зажатия конечности:

- отек и сглаживание рельефа мышц конечности;
- пульс у запястий или лодыжек редкий и слабый.

При более длительном сдавливании:

- конечность холодеет, бледнеет, появляется синюшный оттенок,
- она увеличивается в объеме;
- отек приобретает такую степень плотности, что нога (рука) по твердости становится похожа на деревянную;
- пульс у запястий или лодыжек не прощупывается;
- пострадавший испытывает сильнейшую боль, даже если кости у него не повреждены.

- Тяжесть состояния пострадавшего зависит от таких факторов, как время и сила сдавливания, а также объем сдавленных участков тела. Например, если сильное сдавливание происходит на двух ногах пострадавшего более восьми часов, то шансов выжить у него практически нет.

4 степени нарушения кровоснабжения тканей:

- **Лёгкая:** длительность не превышает 4-х часов, сохранена тактильная (и болевая чувствительность; пострадавший может самостоятельно двигать пальцами сдавленной конечности).
- **Средняя:** длительность сдавливания около 6 часов, тактильная и болевая чувствительность утрачены, пострадавший не может делать движений пальцами сдавленной конечности, но человек, оказывающий помощь может согнуть и разогнуть пальцы (пассивное движение), нет окоченения мышц.
- **Тяжелая:** длительность сдавливания около 7-8 часов. Появляется утрата пассивных движений, окоченение мышц сдавленной конечности.
- **Крайне тяжелая** форма развивается, если сдавливанию подвергается большой участок мягких тканей отдельных частей тела, например, обе конечности одновременно. Длительность сдавливания около 6 часов и более. При этом может развиваться гангрена.

Первая помощь при синдроме длительного сдавления

До освобождения:

- Немедленно вызови скорую помощь и спасателей.
- Обложи придавленную конечность пакетами со льдом.
- Дай обильное теплое питье, для вывода токсинов из организма.
- В случае если конечность теплая на ощупь и повреждена не сильно, на нее накладывают тугую бинтовую повязку.
- Если конечность холодная и есть другие признаки сильного сдавливания - наложить жгут выше места сдавливания (как при временной остановке артериального кровотечения). Он предупреждает попадание в организм токсинов из поврежденной конечности.

После освобождения от сдавливания:

- Туго забинтуй поврежденную конечность ниже места сдавливания.
- Наложить шины, даже если не было перелома и приложи холод к поврежденной конечности.
- Продолжай давать обильное теплое питье до прибытия медицинской помощи.
- Согревай тело пострадавшего (но не поврежденные конечности).

- **Нельзя!** Согревать сдавленные конечности и освобождать их до наложения жгутов. **Помни!** Освобождение конечности без предварительного наложения жгута и других мер помощи может вызвать резкое ухудшение состояния здоровья пострадавшего и потерю сознания.

Контрольные вопросы:

- Почему человек может погибнуть после его освобождения из-под завала?
- От чего зависит тяжесть состояния пострадавшего при «краш-синдроме»?
- Зачем нужно накладывать жгут на поврежденную конечность?
- Чем характеризуются средняя и тяжелая степени нарушения кровоснабжения тканей?