



Первая помощь в горах. Часть I

Макаров С.А.

Травмы

Повреждения мягких тканей

- Ушибы
- Растяжения
- Разрывы

Вывихи

Переломы

Ушибы

Повреждение мягких тканей без образования ран

Боль в месте травмы

Отек

Припухлость

Кровоизлияние (красный – синий – зеленый - желтый «правило рубля»)

Нарушение функции конечности



свежий

в течение 1-х суток



на 3-4-е сутки



через 5-6 суток



Растяжения

Повреждение мягких тканей силой, действующей в виде тяги, без нарушения анатомической непрерывности

Отек, кровоизлияние

Боль в месте травмы

Болезненность при движениях, повторяющих механизм травмы, при вращении

Нарушение функции конечности

ПП при ушибах и растяжениях

Холод на место повреждения (с перерывом на 20-30 мин. каждые 2-3 часа) в 1-2-е сутки

Тугая давящая повязка

Ограничить движения в суставе

Возвышенное положение конечности

В первые 3 дня:

- Мази для уменьшения отека (Лиотон, троксевазин, гепариновая)
- Мази с НПВС для уменьшения болевого синдрома (Кетонал.

В дальнейшем:

- Массаж
- Разогревающие мази (Бен гей, фастум гель)

Разрывы

Нарушение анатомической целостности мягких тканей

Обширное кровоизлияние

Увеличение объема движения в суставе

Резкое снижение функции конечности

Боль при
ощупывании

При разрыве мышц
сухожилий

- Выпячивание брюшка м
 - Западение (при сравнен
- здоровой конечностью)



ПП при разрывах



Вывихи

Выход головки кости из суставной впадины

Причина: травмы непрямого характера – насильственное движение, превышающее функциональные возможности сустава

Всегда происходит разрыв капсулы сустава

Клиническая картина при ВЫВИХЕ

Сильная боль в суставе

Внезапная потеря его функции

Вынужденное положение конечности,
деформация

Изменение длины конечности

Отсутствие активных движений

Симптом «клавиши»

Сравнить со здоровой конечностью

Вывих плеча



ПП при вывихах



Переломы

Нарушение целостности кости

- Закрытые
- Открытые (с нарушением целостности кожных покровов)

Закрытые переломы

Достоверные признаки:

- Крепитация (хруст)
- Патологическая подвижность отломков
- Боль при осевой нагрузке

Относительные признаки:

- Боль при пальпации
- Нарушение функции конечности
- Деформация

Закрытые переломы



перелом ключицы

перелом лодыжки,
вывих стопы



перелом лучевой
кости в типичном
месте

Открытые переломы

- Все признаки как при закрытых +
- Наличие раны
- Из раны могут выступать костные отломки
- Кровотечение (чаще венозное)
- Чаще развивается шок

ПП при переломах



Правила иммобилизации

Шина должна захватывать 2 или 3 сустава

Шину прибинтовывать со стороны пальцев по направлению к центру

Шина не должна болтаться

Необходимо придать конечности функционально выгодное положение (если возможно)

При открытых переломах отломки НЕ ВПРАВЛЯТЬ!!!

Нельзя бинтовать пальцы

Переломы позвоночника

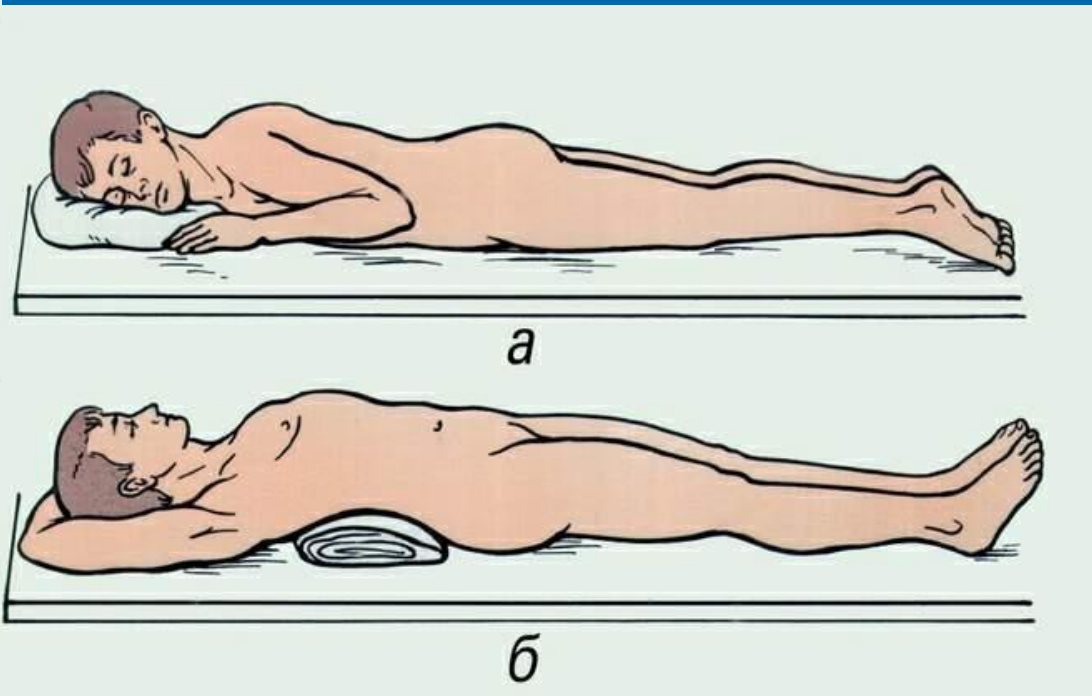
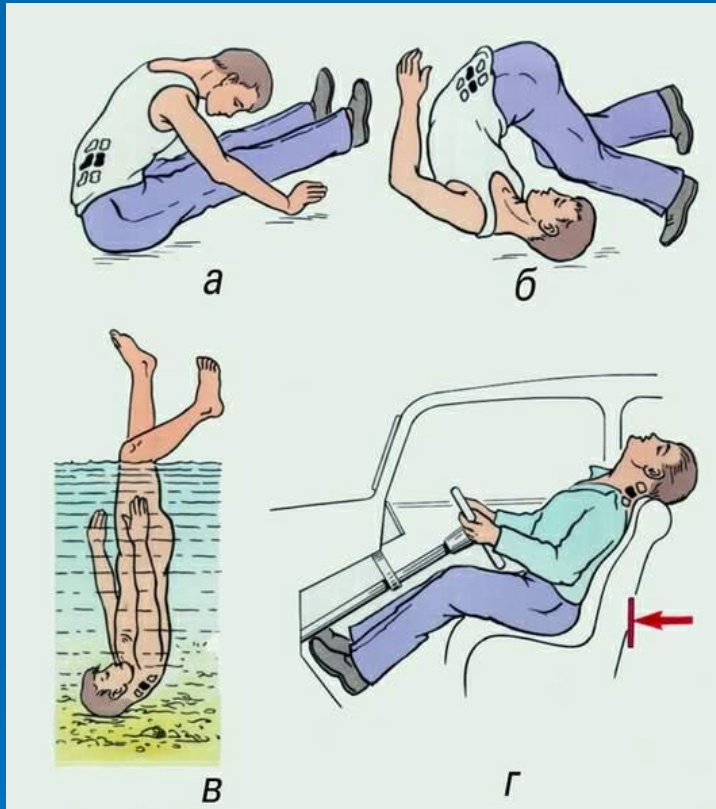
Устранение подвижности поврежденных позвонков

Существует опасность повреждения спинного мозга при перекладывании и транспортировке

Транспортировка на жестких носилках в положении на спине с подкладыванием подушки под поясницу

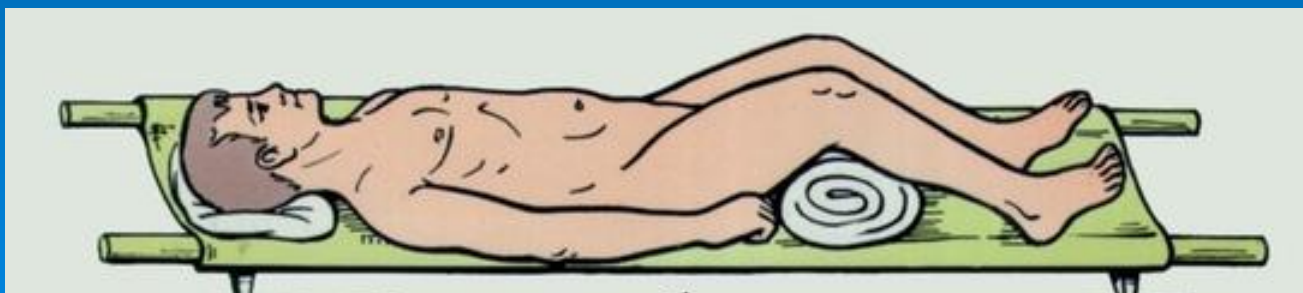
На мягких носилках на животе

Переломы позвоночника



Переломы костей таза

- Симптом «прилипшей пятки»
- Боль при разведении и сжати крыльев подвздошной кости
- Транспортировка на жестких носилках
- Поза «лягушки»
- В подколенные области - валик



Повязки

Укрепляющие

Давящие

Иммобилизирующие

Правила наложения повязок

Первый тур закрепляющий

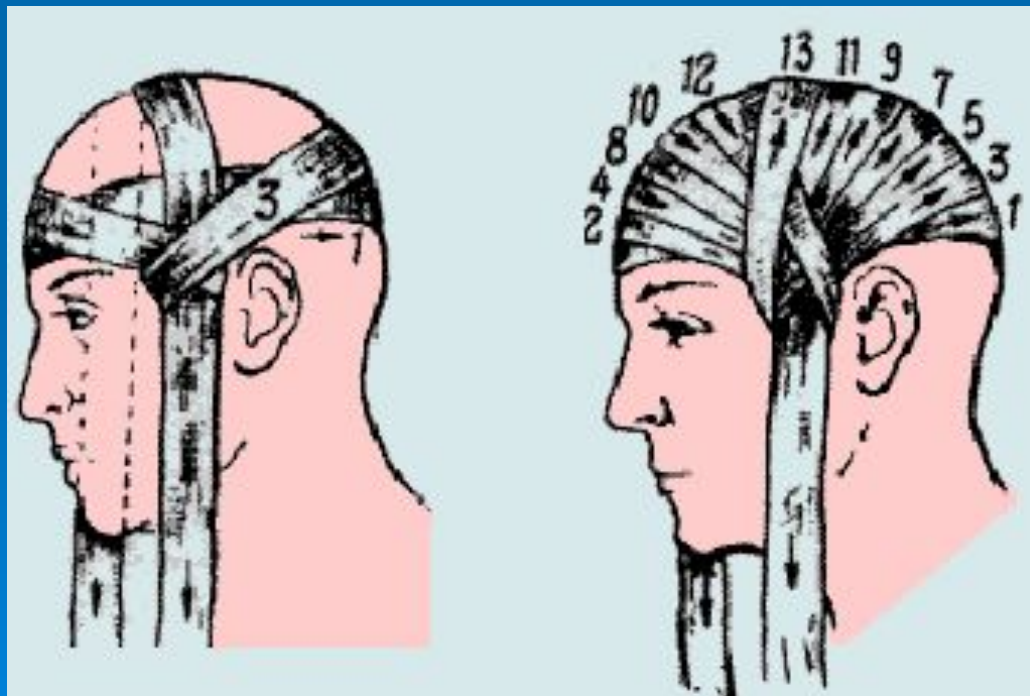
Каждый последующий тур бинта должен прикрывать предыдущий наполовину или на $2/3$;

при наложении повязки на части тела, имеющие конусовидную форму необходимо через каждые 1-2 оборота бинта делать его перекрут;

Оставлять свободными от бинта пальцы с целью контроля кровообращения в конечности

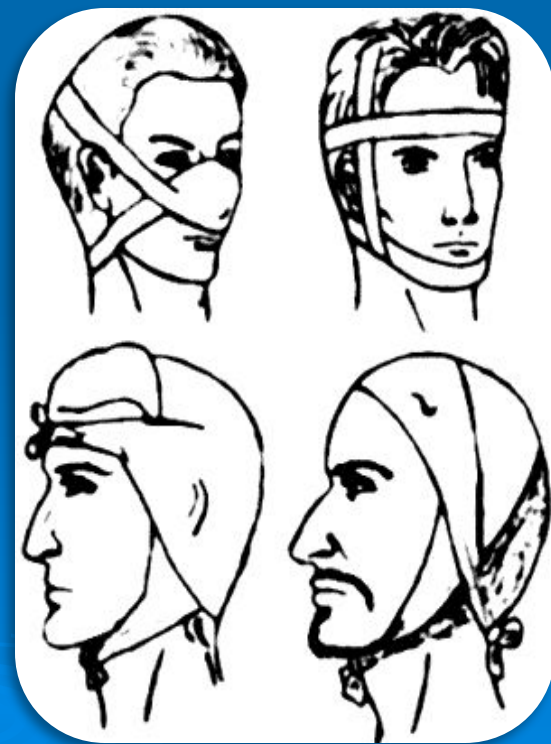
Повязка чепец

При поражениях волосистой части головы



Пращевидная повязка

- Поражения носа, подбородка, лобной, затылочной областей



Повязка на палец

- При ранениях пальца



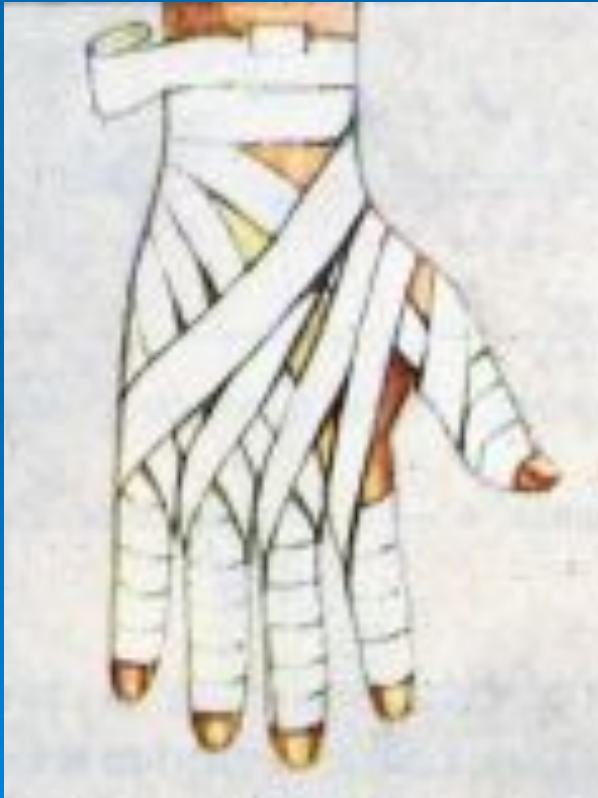
Колосовидная на I палец



Спиральная на II-V пальцы

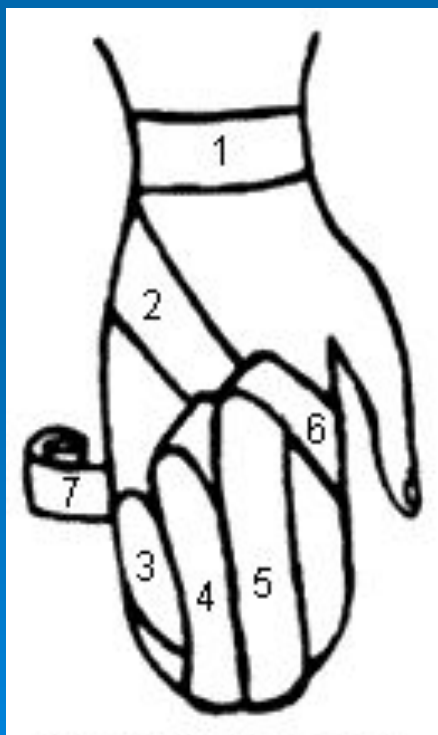
Повязка «Перчатка»

- При обширных ожогах пальцев

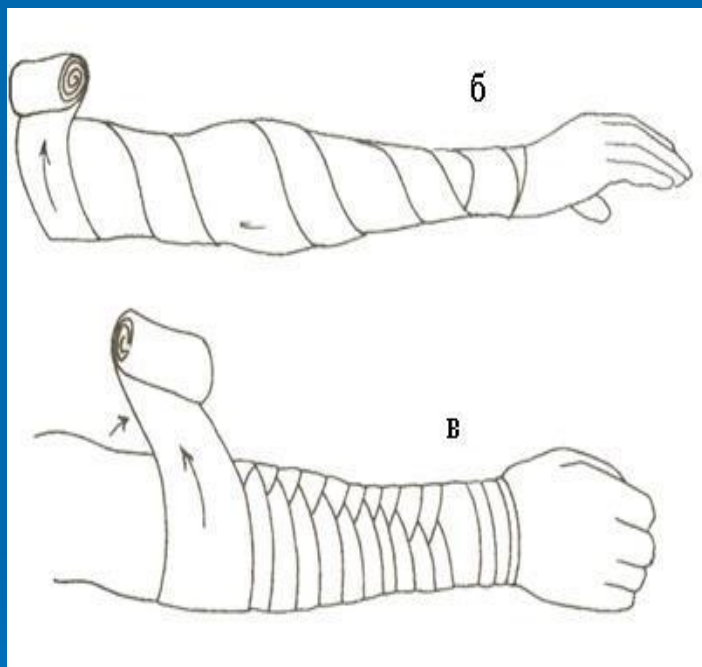


Повязка «Варежка»

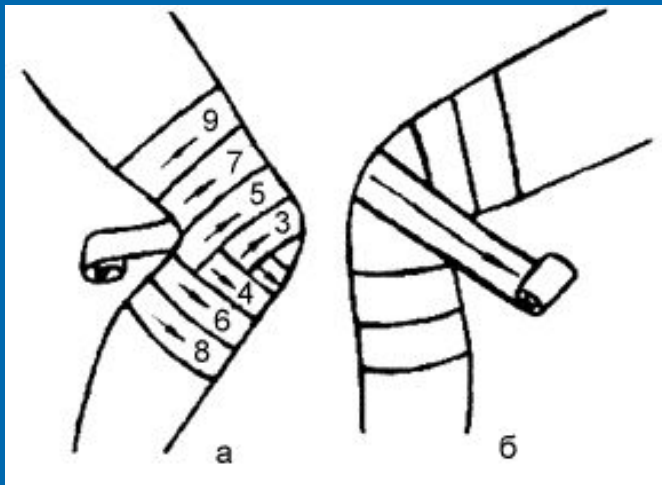
- При ранениях ладонной и тыльной поверхностей кисти



Спиральная повязка на предплечье, бедро, голень

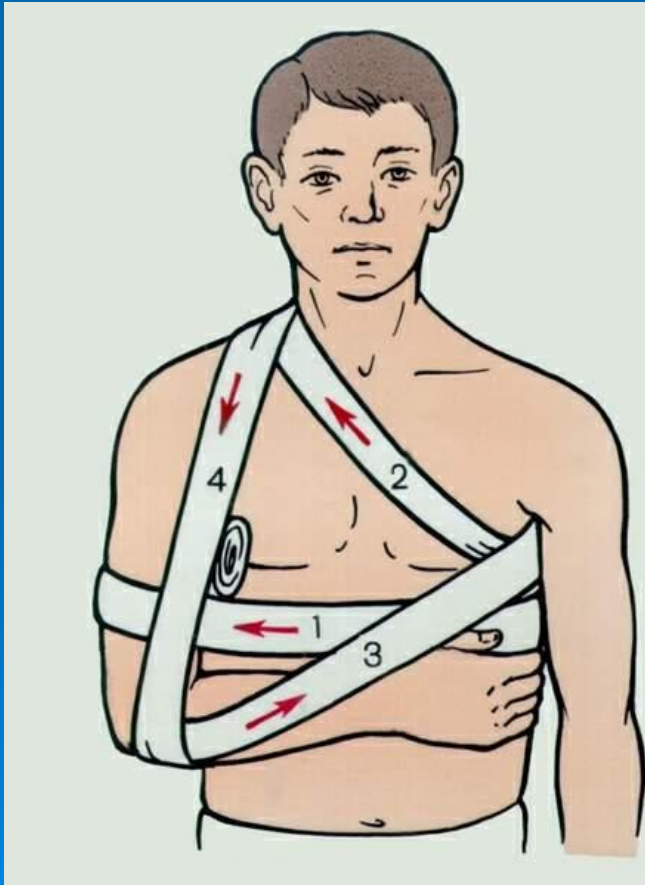


Черепашья повязка

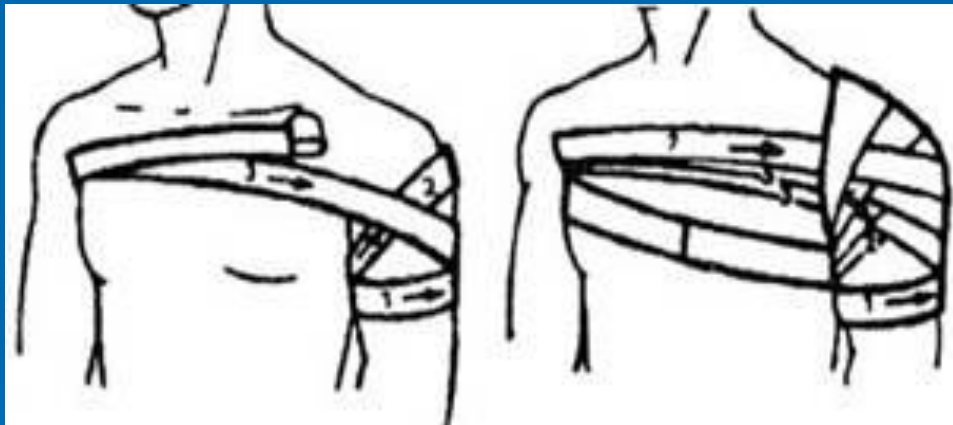


Повязка Дезо

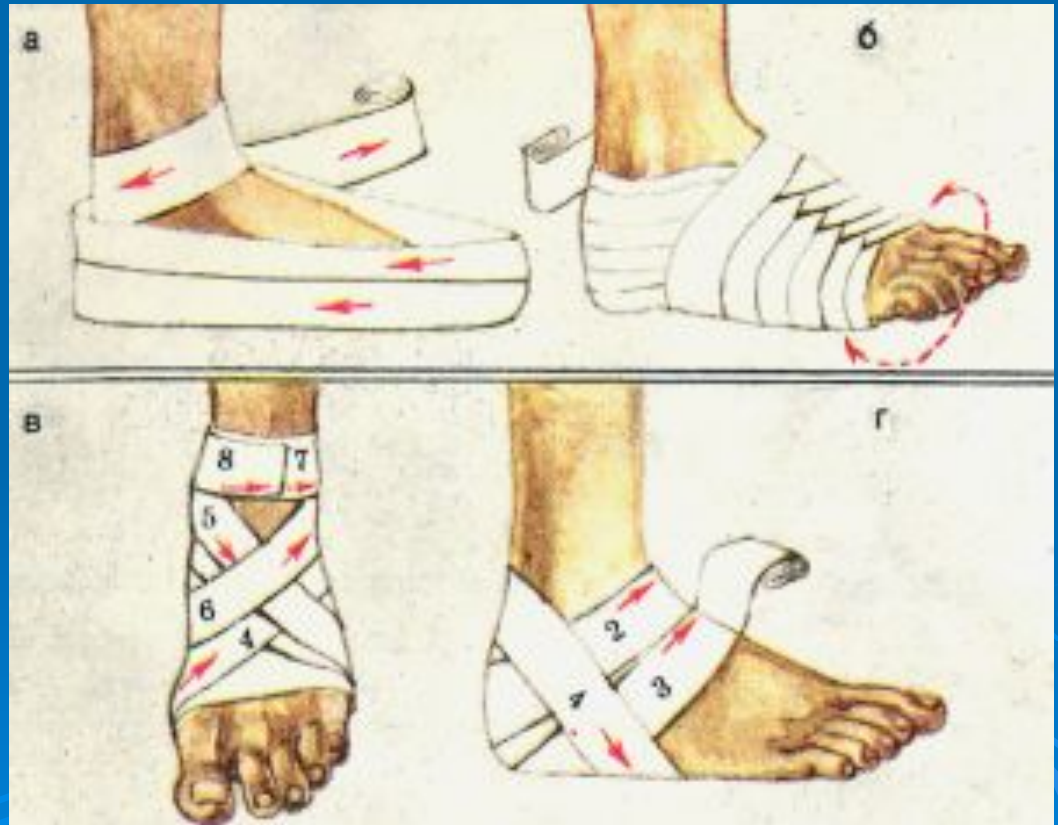
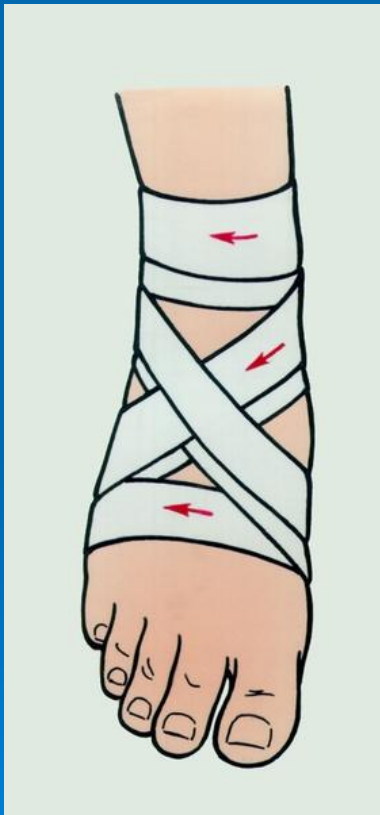
- При переломах и вывихах ключицы, плеча



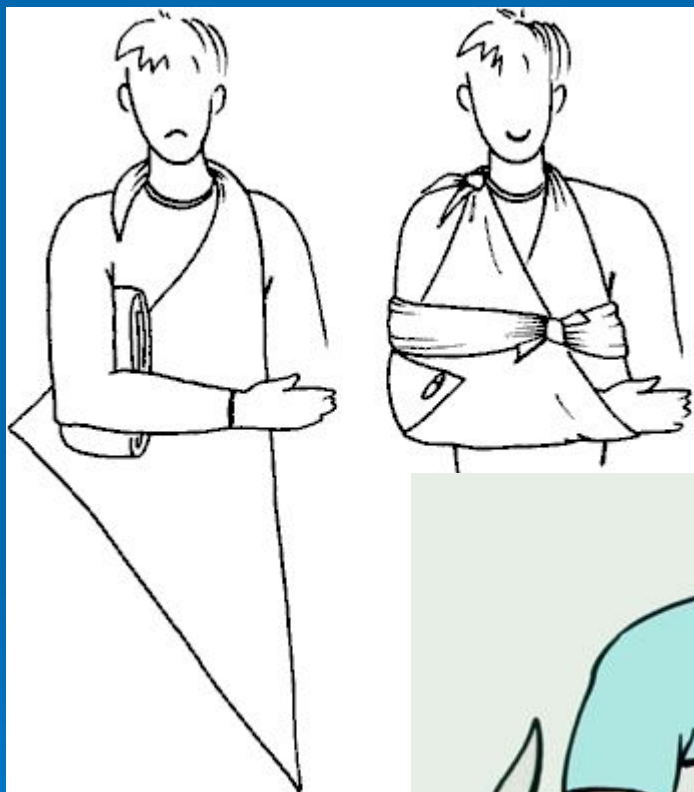
Колосовидная повязка на плечо



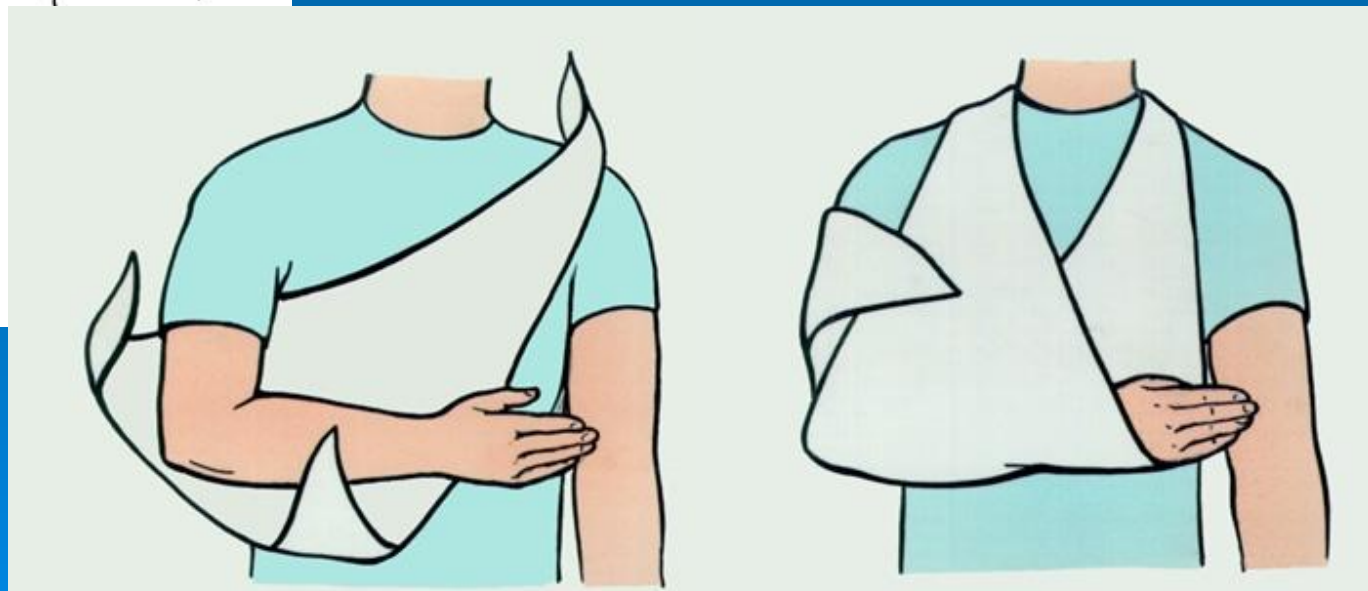
Повязка на голеностопный сустав



Косыночные повязки



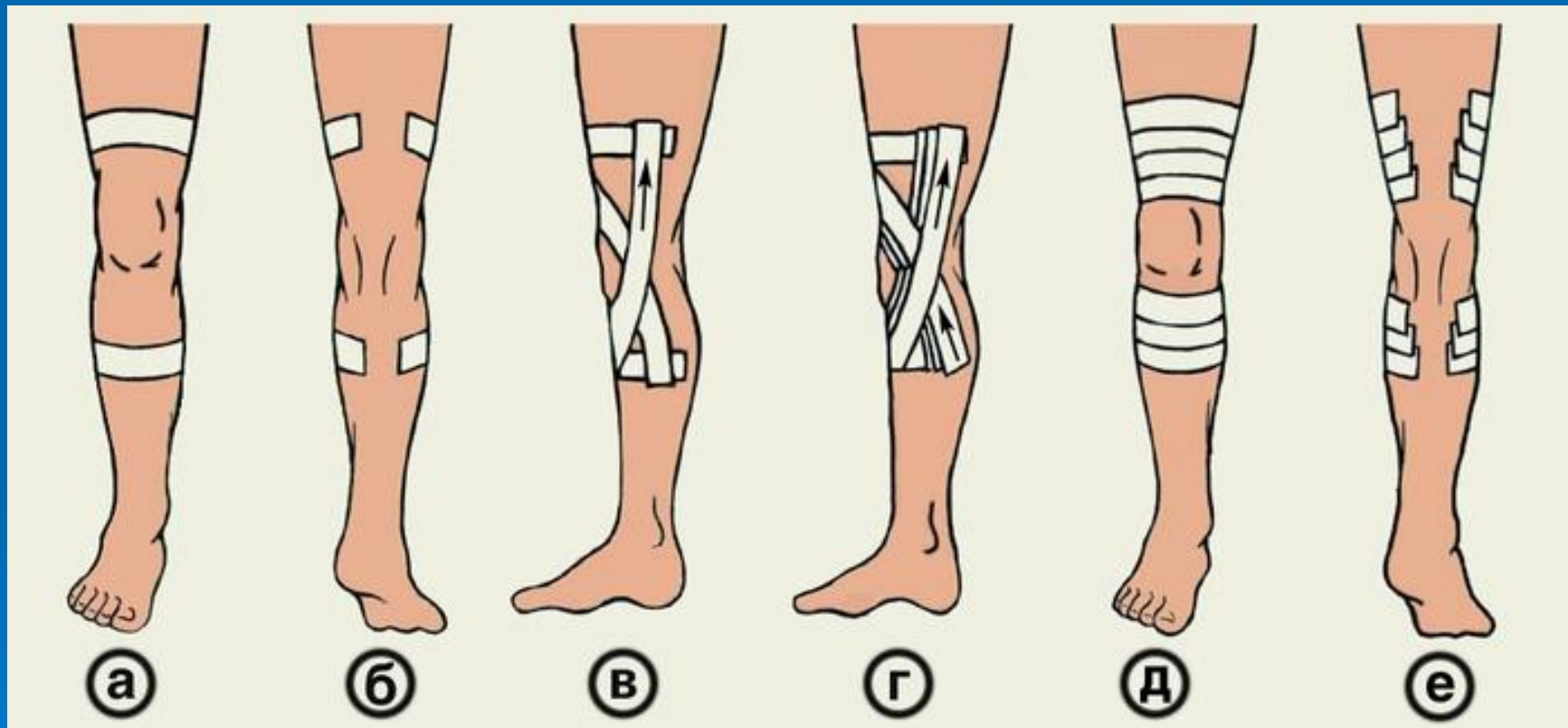
Применяются для фиксации конечности при помощи косынки



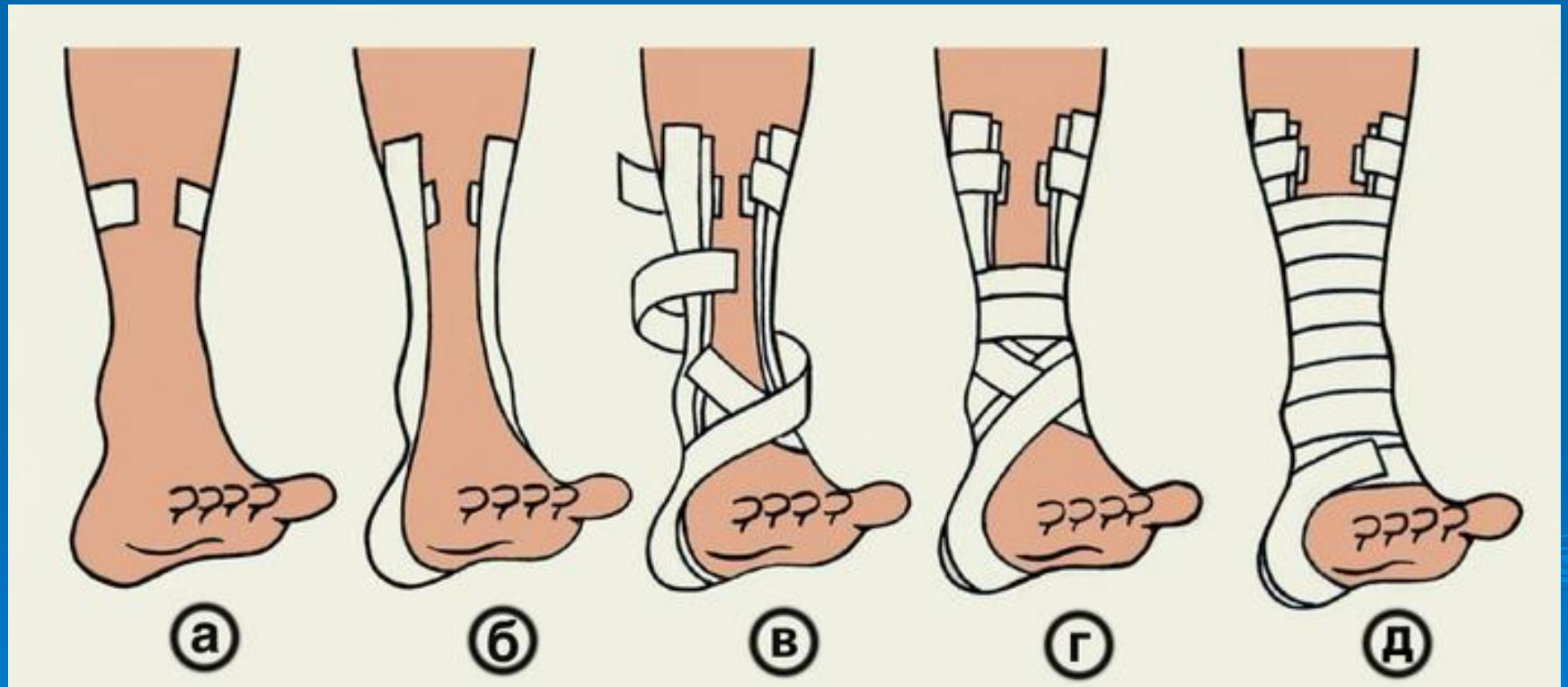
Тейпирование (лейкопластырные повязки)

- Применяется для лечения повреждений мышц, сухожилий, связок конечностей
- Показания: ушибы, растяжения
- Цель — обеспечить стабильность положения конечности, не нарушая при этом его функции
- Не рекомендуется при кровотечении и выраженном отеке

Тейпинг коленного сустава



Тейпинг голеностопного сустава



Переохлаждение

Способствующие факторы:

- Низкая температура
- Влажная, промоклая одежда
- Прием алкоголя
- Недостаточная акклиматизация
- Общее переутомление
- Низкая физическая активность



Переохлаждение. Симптомы

Адинамическая стадия

- сонливость, замедление речи
- температура тела 30-32⁰С

Ступорозная стадия

- угнетение сознания
- нарушение речи, мимики
- дыхание редкое
- температура тела 29-32⁰С

Судорожная стадия

- сознание отсутствует
- кожа холодная
- судорожные сокращения жевательных мышц
- конечности согнуты, мышцы напряжены

ПП при переохлаждении

Теплая, сухая одежда

Теплое питье

Грелки на крупные сосуды

Термоодеяло

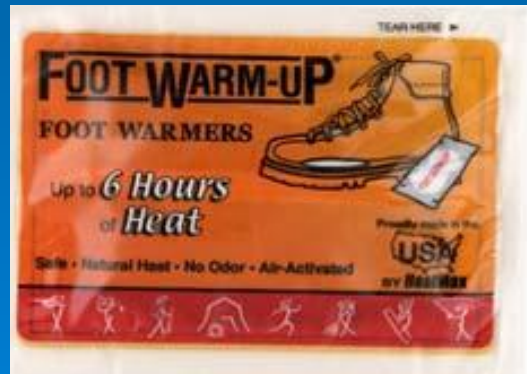
В палатке: зажечь все горелки

Массаж тела и конечностей

Раздеть, положить между двумя голыми телами, в спальники.

В лагере: теплая ванна с 21°
постепенно увеличивать температуру

При угнетении дыхания –
искусственная вентиляция легких



Отморожения

Периоды:

- дореактивный
 - легкая боль
 - покалывание
 - снижение и отсутствие чувствительности
 - похолодание и бледность кожных покровов
- реактивный

Начинается после согревания конечности

Зависит от глубины поражения (степени)

Реактивный период

I степень

- побледнение покраснение
- шелушение кожи

II степень

- кожа синюшно-багровая, отечная
- пузыри с прозрачным или красным содержимым

III степень

- некроз кожи и подлежащих слоев
- кожа фиолетовая, отечная
- пузыри с темным содержимым

IV степень

- некроз кости
- исход – гангрена, ампутация

отморожение I степени



отморожение II степени





ПП при отморожениях



Индивидуальная аптечка

Бинт стерильный 7*14 см – 1 шт.

Бинт нестерильный 7*14 см – 2 шт.

Бинт эластичный 5 м - 1 шт.

~~Спиртовой раствор йода 5% (карандаш или флакон) – 1 шт.~~

Перекись водорода 3% – 1 шт.

Лейкопластырь – 1 рулон

Лейкопластырь бактерицидный – 2 шт.

Анальгин (кеторол) – 10 таб.

Аскорбиновая кислота – 20 таб.

Кларитин – 10 таб
Препараты, необходимые

для лечения Ваших хронических заболеваний, в том числе, в случае их