

# Первая медицинская помощь при травмах



## **Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата**

Травмы опорно-двигательного аппарата являются наиболее распространенными (от обычных синяков до тяжелых переломов и вывихов). Первая помощь при подобных травмах направлена на уменьшение боли и предотвращение дальнейших повреждений.

Их можно получить при различных обстоятельствах: падении, неловком или неожиданном движении либо при автомобильной аварии.

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

**Перелом** — это нарушение целостности кости в результате механического воздействия. Переломы бывают открытыми и закрытыми.

**Вывих** — это смещение кости по отношению к ее нормальному положению в суставе. Вывихи обычно происходят при воздействии большой силы.

**Разрыв** – быстрое механическое воздействие на мягкие ткани с большой силой может вызвать разрывы связок, мышц, сосудов и нервов. Наиболее часто наблюдаются разрывы тканей на руках и ногах.

**Растяжение** - механическое воздействие на мягкие ткани не очень большой силы в виде продольной тяги. Наиболее распространенными являются растяжения мышц шеи, спины, бедра или голени.

**Ушиб** – закрытые повреждения тканей возникающие при ударе твердым тупым предметом или падении на твердую поверхность. При этом могут быть повреждены не только кожные покровы, но и глубоко расположенные органы грудной клетки и полости живота.

# **ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ ПРИ УШИБАХ, РАСТЯЖЕНИЯХ И РАЗРЫВАХ СВЯЗОК И МЫШЦ**

**Наложить холод на поврежденное место**

**Наложить на поврежденное место тугую повязку**

**Дать пострадавшему обезболивающее средство**

**Обеспечить поврежденной конечности покой и придать ей  
возвышенное положение**

**Доставить пострадавшего в медицинское учреждение**

# **ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ ПРИ ВЫВИХАХ**

**Обеспечить поврежденной конечности покой**

**Наложить на поврежденное место тугую повязку**

**Дать пострадавшему обезболивающее средство**

**Доставить пострадавшего в медицинское учреждение**

## **ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ ПРИ ОТКРЫТЫХ ПЕРЕЛОМАХ**

**Остановить кровотечение и обработать края раны антисептиком**

**На рану в области перелома наложить стерильную повязку**

**Дать пострадавшему обезболивающее средство**

**Провести иммобилизацию (обездвиживание) конечности в том положении, в котором она оказалась в момент повреждения**

**Доставить пострадавшего в медицинское учреждение**

## **ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ ПРИ ЗАКРЫТЫХ ПЕРЕЛОМАХ**

**Провести иммобилизацию (обездвижить место перелома)**

**Дать пострадавшему обезболивающее средство и положить на место травмы холод**

**Доставить пострадавшего в медицинское учреждение**

## *Профилактика травм опорно-двигательного аппарата.*

Физические упражнения благотворно влияют на опорно-двигательную систему в целом и на отдельные группы мышц. Эффективная программа физической подготовки (бег, ходьба, аэробика, велоспорт, плавание, лыжи) способствует укреплению организма и профилактике травм.





## **Первая медицинская помощь при черепно-мозговой травме и повреждении позвоночника**

**Черепно-мозговая травма** наиболее жизнеопасный вид травмы, в основе которой могут лежать контузия головного мозга либо разрушения его вещества.

Повреждение мозга часто связано с травмами позвоночника. У людей, перенесших черепную или позвоночную травму, могут наступить значительные нарушения физического или невралгического характера, в том числе паралич, речевые нарушения, проблемы с памятью, а также психические расстройства. Многие пострадавшие остаются инвалидами на всю жизнь.

Черепно-мозговые травмы по механизму разделяются на ушибы, сдавления и ранения, а по своим проявлениям и характеру изменений на сотрясения и ушибы головного мозга с повреждением или без повреждения костей, оболочек, вещества мозга.

**Травма позвоночника, спины** — одно из наиболее тяжелых повреждений, лишая организм опоры, а при вовлечении в травматический процесс спинного мозга — функции внутренних органов и конечностей. Повреждения спинного мозга и нервов могут вызвать паралич, потерю чувствительности или двигательной активности

Травмы позвоночника, спины подразделяются на ушибы и переломы с вовлечением или без вовлечения в травматический процесс спинного мозга. Травма может быть закрытой и открытой (ранения).

***Первая медицинская помощь:*** дать обезболивающее средство; уложить больного на спину; закрыть раны асептическими повязками.

## **ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ ПРИ ТРАВМАХ ГОЛОВЫ ИЛИ ПОЗВОНОЧНИКА**

**По возможности держите голову и позвоночник пострадавшего в неподвижном состоянии, зафиксируйте руками голову пострадавшего с обеих сторон в том положении, в котором вы его обнаружили**

**Поддерживайте проходимость дыхательных путей. В случае открывшейся рвоты переверните пострадавшего на бок для предотвращения закупорки дыхательных путей рвотными массами**

**Следите за уровнем сознания и дыхания пострадавшего. Остановите наружное кровотечение**

**Поддерживайте температуру тела пострадавшего**

# Первая медицинская помощь при травмах груди

**Травма груди** — это в первую очередь в разной степени выраженные нарушения функции дыхания и кровообращения, обусловленные расстройством дыхательных движений груди, уменьшением дыхательной емкости легких, кровопотерей и ограничением сократительной деятельности сердечной мышцы. Травмы груди делятся на ушибы, сдавления и ранения с повреждением или без повреждения остова груди и органов грудной полости.

## **ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ ПРИ ПЕРЕЛОМЕ РЕБЕР**

**Дать пострадавшему обезболивающее средство**

**Наложить тугую бинтовую повязку на грудную клетку, делая первые ходы бинта в состоянии выдоха. При отсутствии бинта можно использовать полотенце, кусок ткани или простыню**

**Придать пострадавшему возвышенное положение в положении сидя (полулежа)**

## **ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ ПРИ ПЕРЕЛОМЕ ГРУДИНЫ И ЗАКРЫТОМ ПНЕВМОТОРАКСЕ**

**Придать пострадавшему возвышенное положение с приподнятым изголовьем, освободить место травмы от одежды**

**Дать пострадавшему обезболивающее средство**

**Если есть возможность, дать пострадавшему кислород**

**Срочно вызвать скорую помощь**

## **ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ ПРИ ПЕРЕЛОМЕ ГРУДИНЫ И ОТКРЫТОМ ПНЕВМОТОРАКСЕ**

**Придать пострадавшему возвышенное положение с приподнятым изголовьем, освободить место травмы от одежды**

**Обработать края раны и прикрыть рану салфетками, наложить герметизирующую повязку**

**Если есть возможность, дать пострадавшему кислород**

**Срочно вызвать скорую помощь**

# Первая медицинская помощь при травмах живота

**Травма живота** возникает от резкого механического воздействия на переднюю брюшную стенку, органы брюшной полости и забрюшинного пространства, приводит к выраженным нарушениям функции дыхания и кровообращения, а в ряде случаев, при разрывах внутренних органов, к внутренним кровотечениям, острому перитониту, шоку.

**При травмах живота пострадавшему нельзя употреблять никакие таблетки, воду, пищу.**

Т  
р  
а  
в  
м  
ы  
ж  
и  
в  
о  
т  
а

Ушиб брюшной стенки

Закрытые повреждения живота, сопровождающиеся внутрибрюшным кровотечением

Закрытые повреждения живота, сопровождающиеся разрывом того или иного полого органа

Ранения живота (открытые и закрытые)



# **ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ ПРИ ПОВРЕЖДЕНИИ ЖИВОТА**

**Уложить пострадавшего на носилки**

**При внутрибрюшном кровотечении приложить к животу холод**

**Срочно доставить пострадавшего в медицинское учреждение**

## **ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ ПРИ РАНЕНИИ ЖИВОТА**

**Наложить на ране стерильную повязку, укрепив ее полосками  
лейкопластыря**

**Если обнажились внутренние органы, нужно накрыть их чистой  
влажной тканью или стерильными салфетками**

**Срочно доставить пострадавшего в медицинское учреждение**

**Транспортировать пострадавшего осуществлять на носилках в  
положении лежа**

# Первая медицинская помощь при травмах в области таза

**Травмы тазовой области** – комплекс самых разнообразных повреждений костей таза и прилегающих к нему мягких тканей и внутренних органов.

Травмы тазовой области подразделяются на ушибы, сдавливания и ранения. Пострадавший жалуется на боль, не может поднять прямую ногу и, сгибая ее в коленном суставе, волочит стопу. При бессознательном состоянии пострадавшего определить перелом костей таза можно по следующим признакам: смещению кверху какой-либо половины таза, деформации костей таза, укорочению бедра.

## **ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ ПРИ ПЕРЕЛОМЕ КОСТЕЙ ТАЗА**

**Уложить пострадавшего на спину, на твердый щит (доски,  
фанеру)**

**Под колени положить скатанное одеяло или пальто так, чтобы  
нижние конечности были согнуты в коленях**

**Дать пострадавшему обезболивающее средство**

**Срочно вызвать скорую помощь**