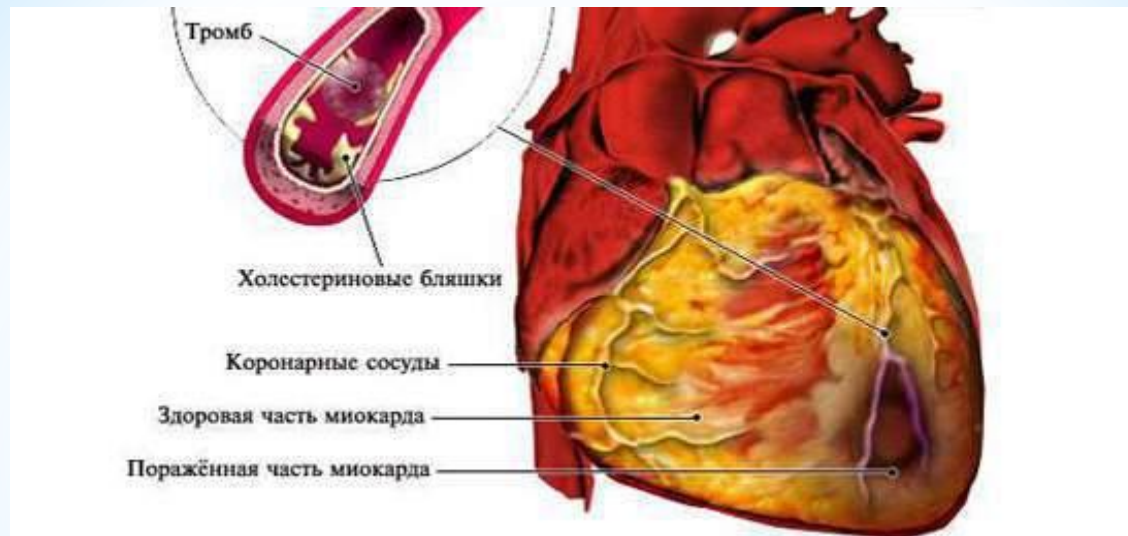


**ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ
ЗАБОЛЕВАНИЙ
СЕРДЦА И СОСУДОВ**

**ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ
ПРИ
КРОВОТЕЧЕНИЯХ**

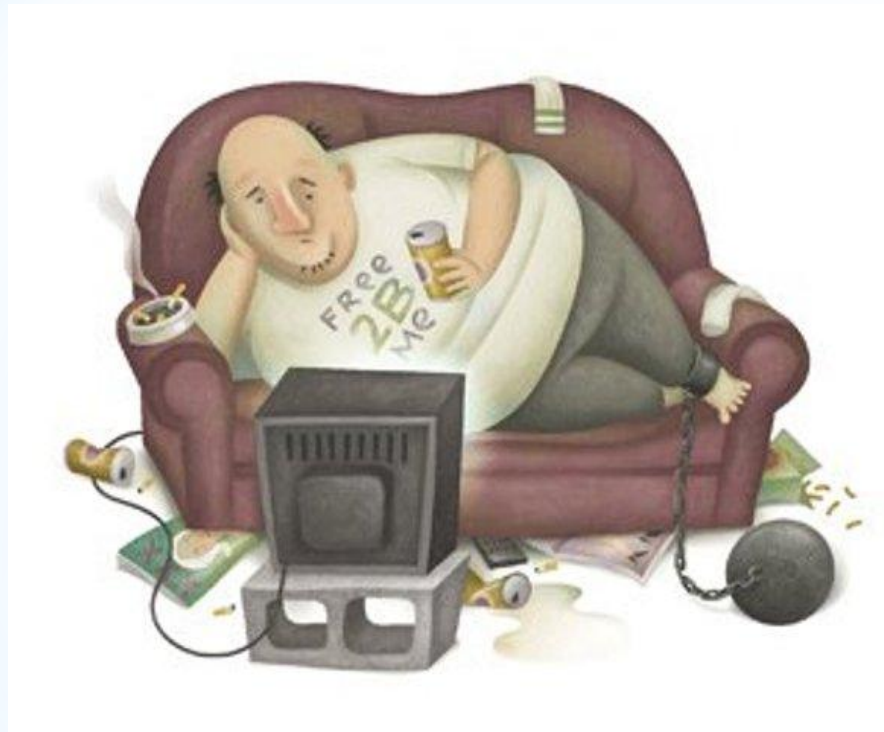
**Сердце -
"маленький
хозяин" организма
человека**



Инфаркт миокарда - это гибель участка сердечной мышцы, обусловленная острым нарушением кровообращения в этом участке.



Инсульт - остро развивающееся нарушение мозгового кровообращения, сопровождающееся повреждением ткани мозга и расстройством его функций.



Гиподинамия (пониженная подвижность) —
нарушение функций организм при
ограничении двигательной активности,
снижении силы сокращения мышц.

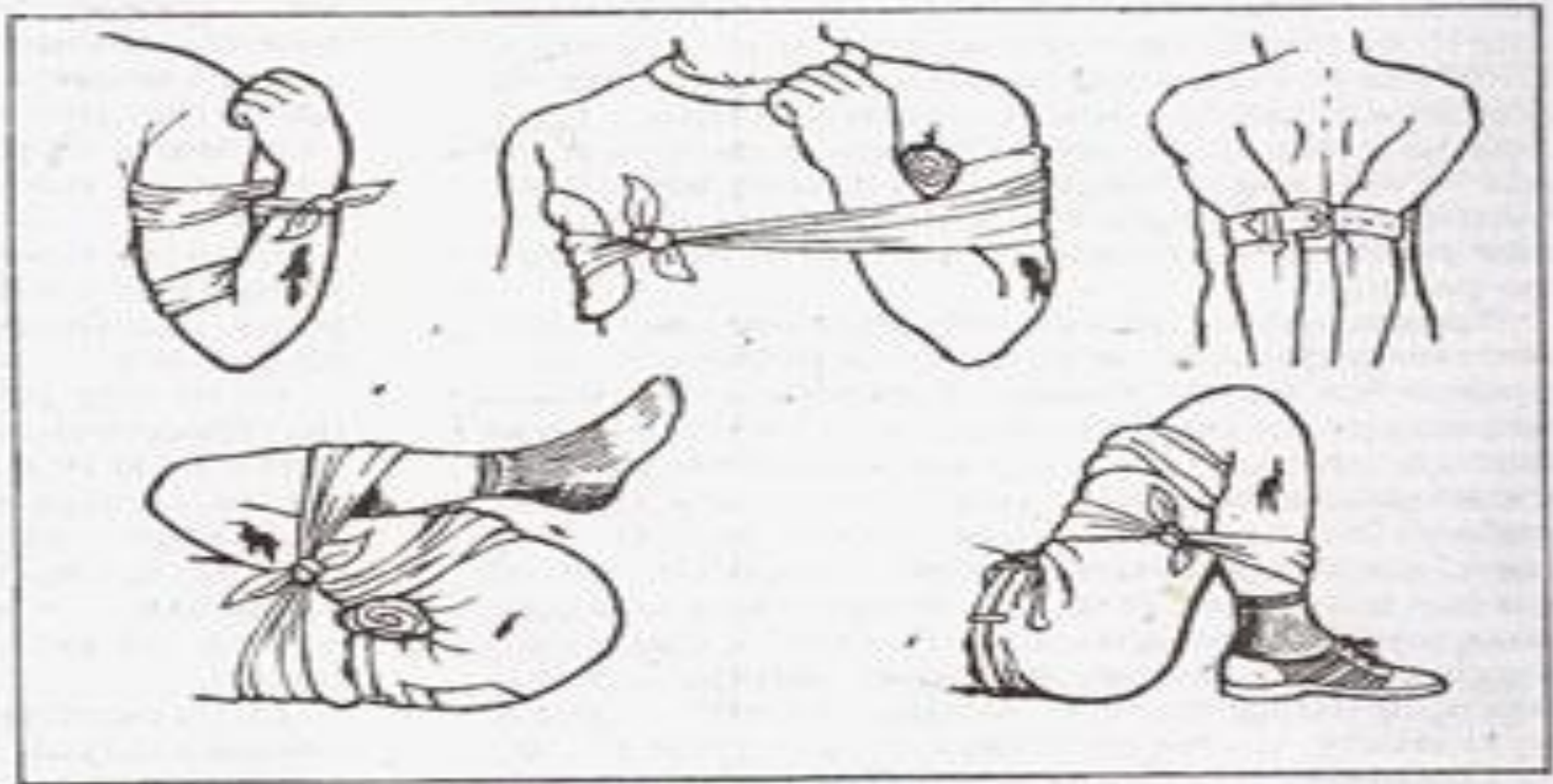
Факторы риска заболеваний кровообращения

Факторы риска	Влияние на органы кровообращения	Болезни
Нездоровое питание	избыток жиров и холестерина ухудшает работу сосудов и питание органов, в том числе и сердца.	атеросклероз, гипертония, инфаркт миокарда, инсульт
Курение	Никотин вызывает спазм сосудов, и ткани организма получают мало питательных веществ и кислорода. Сердце работает с большим напряжением.	тромбофлебит, атеросклероз, ишемическая болезнь сердца, инфаркт миокарда и др.
Употребление алкоголя	Алкоголь разрушает клетки сердечной мышцы, они теряют эластичность, коронарные сосуды поражаются атеросклерозом и сердце работает на пределе возможностей.	ишемическая болезнь сердца инфаркт миокарда
Стресс	Возрастают частота пульса, артериальное давление, скорость кровотока, повышается температура тела.	Гипертония инфаркт миокарда, инсульт
Гиподинамия	Недостаток движения оказывается причиной нарушений в деятельности сердца, ухудшает циркуляцию крови и лимфы. Сердце не готово к нагрузкам.	атеросклероз

Первая помощь при кровотечениях

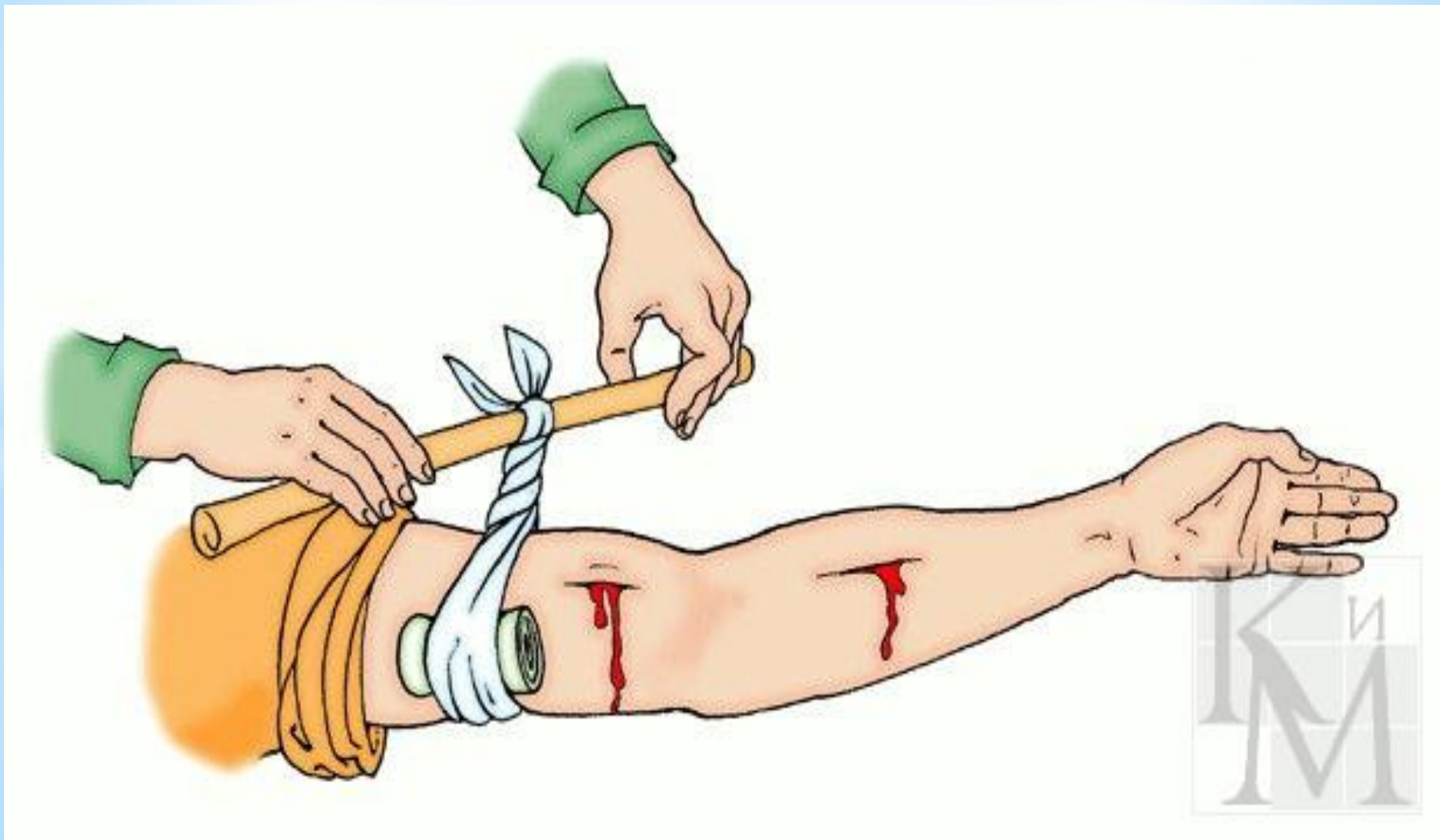
Виды кровотечений	Признаки	Помощь
Капиллярное	кровь сочится со всей поверхности раны	обработать рану и наложить стерильную повязку.
Венозное	кровь более темная, не пульсирует, вытекает спокойно	обработать рану и наложить стерильную давящую повязку.
Артериальное	кровь ярко-красного цвета и всегда пульсирует	наложить жгут выше места ранения, обработать рану и наложить стерильную повязку.
Носовое	возникает в результате травмы, при повышении или понижении артериального давления	1) сесть, слегка наклонив туловище вперед, 2) положить холод на переносицу, 3) ввести в ноздри тампоны с перекисью водорода

ПРИЕМЫ ОСТАНОВКИ КРОВОТЕЧЕНИЯ В АРТЕРИЯХ



Способы остановки кровотечения путем максимального сгибания конечности.

НАЛОЖЕНИЕ ЗАКРУТКИ



НОСОВОГО КРОВОТЕЧЕНИЯ



ТЕСТОВОЕ ЗАДАНИЕ

1. Инфаркт миокарда - это:

- a) заболевание мышцы сердца
- b) нарушение функций створчатых клапанов
- c) учащенное сердцебиение

2. Инсульт - это:

- a) острое нарушение мозгового кровообращения
- b) нарушение функций полулунных клапанов
- c) замедленное сердцебиение

3. Гиподинамия -это:

- a) избыточный вес
- b) пониженная подвижность

ТЕСТОВОЕ ЗАДАНИЕ

4. Одним из признаков артериального кровотечения является:

- a) непрерывность струи крови
- b) алый цвет крови
- c) темный цвет крови

5. Что следует сделать при сильном венозном кровотечении?

- a) наложить давящую повязку
- b) применить методы для остановки артериального кровотечения
- c) обработать рану йодом и сделать повязку

ПРАВИЛЬНЫЕ ОТВЕТЫ

1. а)

2. а)

3. б)

4. б)

5. а)

«5» - все ответы правильные

«4» - одна ошибка

«3» - две ошибки

«2» - более двух ошибок