



# Найстрашніші помилки при наданні першої допомоги



У цьому житті ніхто з нас не застрахований від нещасного випадку, тому важливо знати, як правильно надавати першу допомогу.

На жаль, про це знає не так вже й багато людей. А ті, хто думають, що мають правильне поняття про першу допомогу, найчастіше навіть не підозрюють, якої шкоди вони можуть завдати потерпілому.

Перед вами підбірка поширених помилок, які потрібно запам'ятати, щоб не нашкодити людині.

Не використовуйте на відкриту рану йодом або зеленкою



Ці спиртовмісні речовини створюють на рані глибокий хімічний опік. Він довго заживає. У деяких випадках може залишитися рубець. Йод і зеленка застосовуються тільки при невеликих подряпинах.

Правильно:

- Для дезінфекції рани використовуйте перекис водню або хлоргексидин. Потім накладіть марлеву пов'язку.

## Чи не хлопайте того, хто подавився, по спині!



Не можна плескати по спині того, хто подавився, інакше застряглий чужорідний предмет може провалитися ще глибше в дихальні шляхи!

Правильно:

- Чи не панікувати і дотримуватися спокою.
- Встати на коліна і спертися руками об підлогу.
- Після чого прибрати руки і в буквально сенсі плюхнутися на груди. Різкий удар грудьми об підлогу випустить назовні велика кількість повітря, а разом з тим і застряглу їжу.

# Не мажте опіки маслом!



Масло огортає рану плівкою, через неї кисень не має доступу до опіку. Тому рана не буде гоїтися, а біль тільки посилиться. Можна скористатися пантенолом у вигляді спрею. Піна закриває рану, але забезпечує доступ кисню до неї.

Правильно:

- Охолодіть місце опіку. Можна просто підставити його під струмінь холодної води.
- Якщо опік несерйозний можна скористатися бабусиним рецептом: намажте уражене місце господарським милом. Біль зменшиться і почервоніння пройде.
- Серйозний опік з пошкодженням шкірних покривів треба охолодити водою. Потім накладіть на рану чисту стерильну пов'язку і терміново зверніться за допомогою до лікарні.

# Чи не розтирайте місце обмороження!

## ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ОБМОРОЖЕНИИ

1. Срочно уйдите в тепло (на холоде растирание пораженного участка опасно), снимите холодную одежду.



2. На пораженный участок тела наложите теплоизолирующую повязку.



3. Пораженный участок тела можно согреть в ванне, постепенно повышая температуру воды с 20 до 40 градусов и в течение 40 минут нежно массируйте пораженный участок.



4. Завернуться в теплое сухое одеяло. Выпить теплый и сладкий чай.



**!** **03** Необходимо отслеживать пораженный участок в течение суток. Если проявились симптомы 2 и 3 степени обморожения, немедленно обратитесь ко врачу

## ЧТО НЕЛЬЗЯ ДЕЛАТЬ ПРИ ОБМОРОЖЕНИИ



1. Растирать обмороженный участок тела снегом (это может вызвать появление микроссадин, через которые возможно проникновение инфекции).



2. Быстро отогревать пораженный участок у костра или в горячей воде (это способствует тромбообразованию в сосудах, углубляя процессы разрушения пораженного участка).



3. Употреблять алкоголь (он расширяет сосуды и дает лишь ощущение тепла, но на самом деле не согревает).

Після тривалого перебування на холоді можуть замерзнути деякі частини тіла, особливо пальці рук, ніг і вуха. Найчастіше ми швидко розтираємо замерзле місце, але цього, між іншим, не рекомендується робити. Від переохолодження судини спазмируються, кровообіг сповільнюється, а потім і зовсім зупиняється. Судини стають крихкими.

Правильно:

- Поступово відігрійте в теплому приміщенні. Пийте гарячий чай з цукром. Але ні в якому разі не вживайте алкоголь.

## Чи не грійте ніс теплом, якщо він закладений



При закладеності носа нерідко прикладають тепло до перенісся. Але таке нагрівання небезпечно! При сильному нежиті судини розширюються. У носі - набряк, а тепло тільки його підсилює. Нагрівання може погіршити відтік слизу і розвинути запалення.

Правильно:

- Посудини потрібно звужити. Для цього використовують спеціальні краплі від нежиті.

## Не використовуйте марганцівку!



Всі знають, що марганцівка знищує шкідливі бактерії. Але при цьому вона містить мікрочастинки, які розчиняються неповністю (повністю - тільки після кип'ятіння) і несуть шкоди організму. Після розчинення слід використовувати ще фільтр. Це потрібно проробляти обов'язково, так як кристалики при попаданні на слизову шлунка можуть викликати хімічний опік.

Правильно:

- У наш час найкраще використовувати сучасні ліки від отруєння.



## Не нахиляти голову назад при кровотечі з носа!



Це не допоможе зупинити кровотечу, а тільки змінить його напрямок. Кров може піти в носоглотку і навіть в шлунок.

Правильно:

- Сядьте, випрямити спину і нахиліться вперед. У ніздрю вставте тампон або ватяний диск, змочений в 3% -му розчині перекису водню. Також радимо прикласти холод до перенісся.

## Чи не прикладайте тепло до травмованих місцях!



Неправильное наложение ледяного компресса  
(кожа не защищена)



Після різних забоїв з'являється набряк. Чи не прикладайте тепло до місця травми. Така процедура тільки збільшить набряк і біль.

Правильно:

- Прикладіть лід і вирушайте якнайскоріше в травм пункт.

Не надягайте сто одежинок, коли у вас висока температура і вас морозить!



Коли піднімається температура, порушується теплообмін. Людині стає холодно через різницю температури тіла і температури в кімнаті. Тому організму здається, що він мерзне. Хворий одягається якомога тепліше. Якщо ви почнете кутатися, розпалене тіло не зможе охолودитися і температура не знизиться.

Правильно:

- Розкрийтеся і прикладіть злегка прохолодне вологий рушник до чола. За рецептом лікаря потрібно пити ліки, які знижують жар.