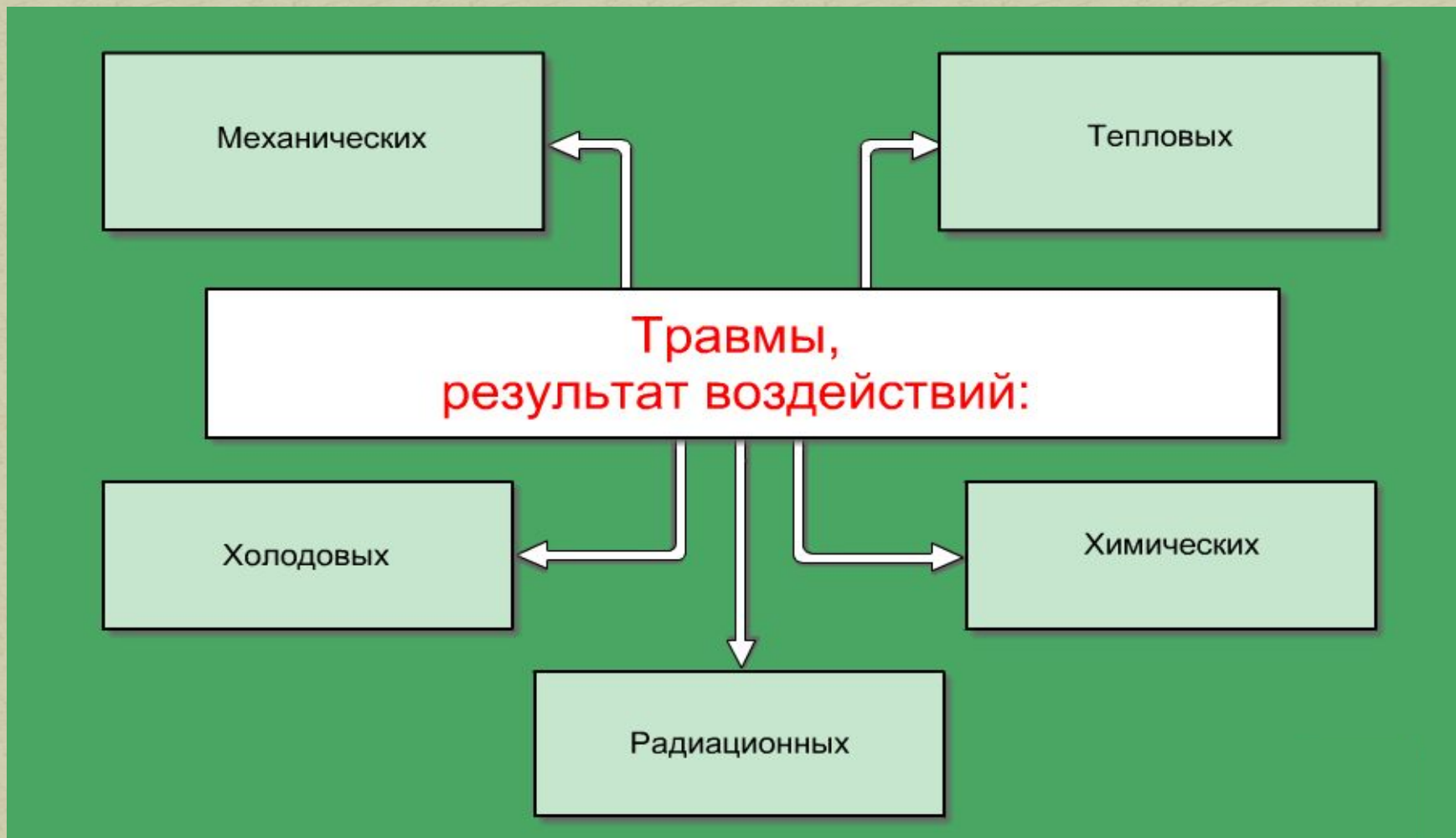


**Оказание
первой помощи
при ушибах и
переломах**

*Травма (от греч. trauma –
рана) –*

*это нарушение тканей
организма человека с
нарушением их целостности
и функций, вызванное
внешним воздействием.*

Травмы, в зависимости от способа воздействия на организм человека, могут быть механические, тепловые, холодовые, химические, радиационные.



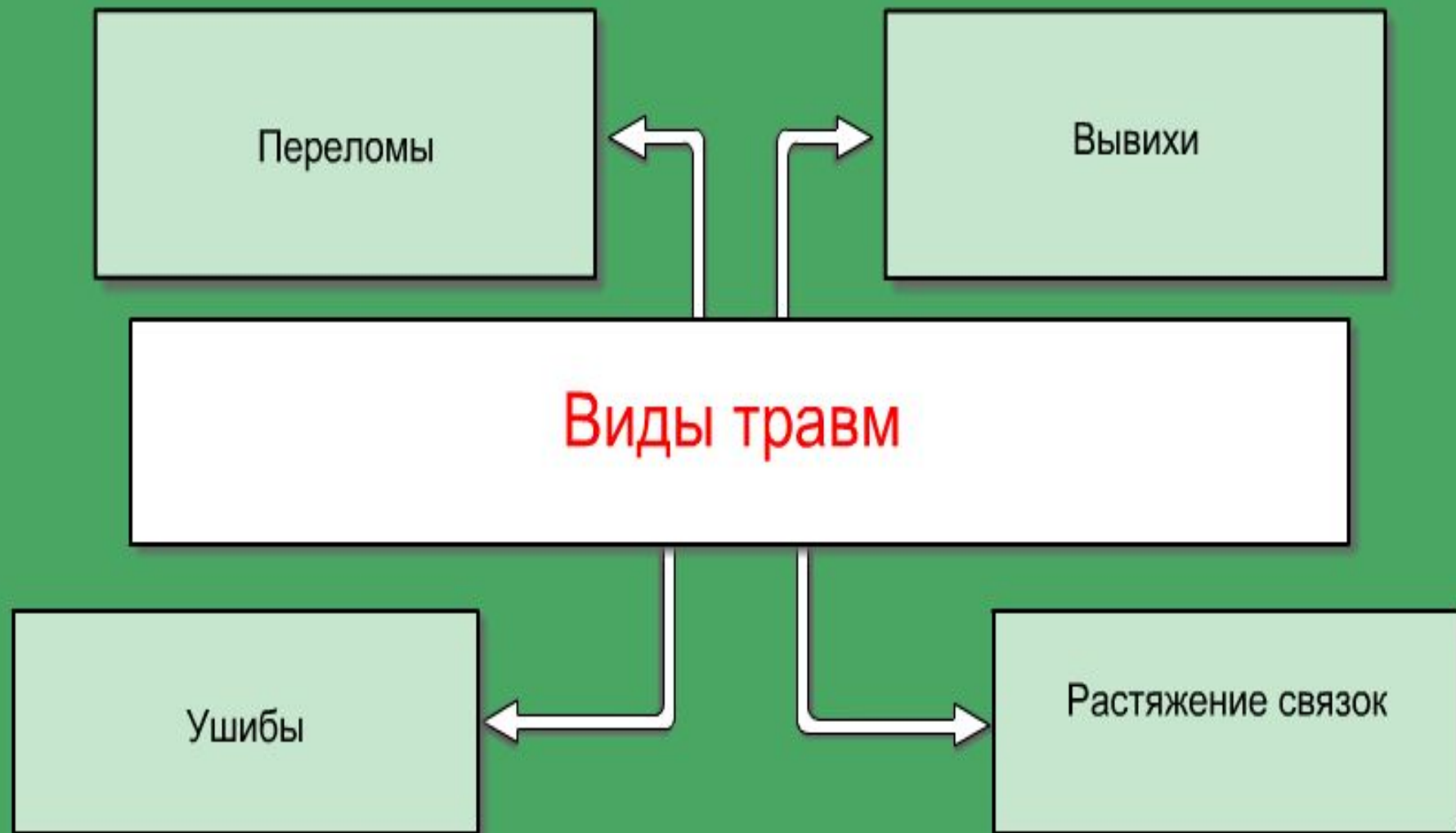
Переломы

Вывихи

Виды травм

Ушибы

Растяжение связок



Ушиб - *результат повреждения тканей и органов тела тупым предметом.*

УШИБ – это механическое повреждение мягких тканей без видимого нарушения целостности КОЖИ.

Симптомы: наличие ссадины и (или) синяка на месте ушиба

ПРИЗНАКИ УШИБОВ

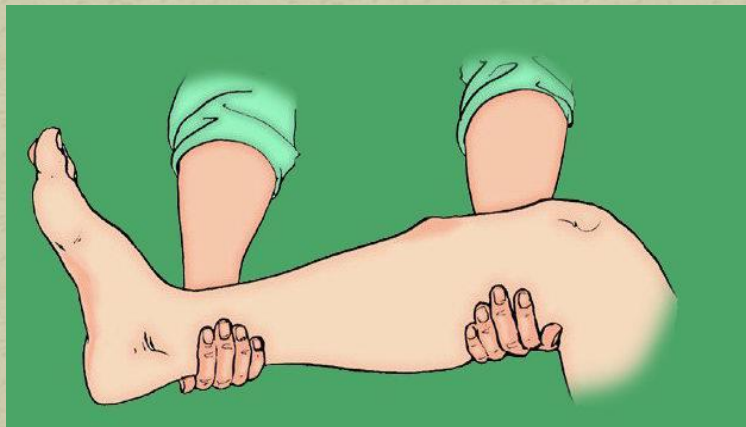


Оказание первой помощи при ушибах:

- 1. Убедиться в отсутствии перелома, вывиха.**
- 2. Наложить на ушибленное место давящую повязку (при условии отсутствия на месте ушиба раны).**
- 3. Приложить к ушибленному месту холод (пузырь со льдом) или делают холодные примочки (при этом каждые 1-2 мин. Нагревшиеся салфетки необходимо менять).**
- 4. Если на месте ушиба есть ссадина, то в этом случае не следует мочить ушибленное место, а сначала его надо обработать антисептиком и перевязать стерильным материалом и только тогда положить сверху пузырь со льдом, снегом или холодной водой.**
- 5. Ушибленной части тела обеспечивают неподвижность, покой и дают теплое питье.**

Перелом – это нарушение целостности кости

Переломы бывают закрытые и открытые



Признаки **закрытого** перелома:

- сильная боль при движении и при нагрузке на конечность;
- деформация и отёк конечности;
- синюшный цвет кожи.

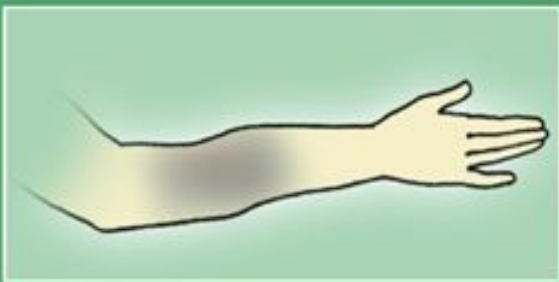


Признаки **открытого** перелома:

- видны костные обломки;
- деформация и отёк конечности;
- наличие раны, часто с кровотечением.

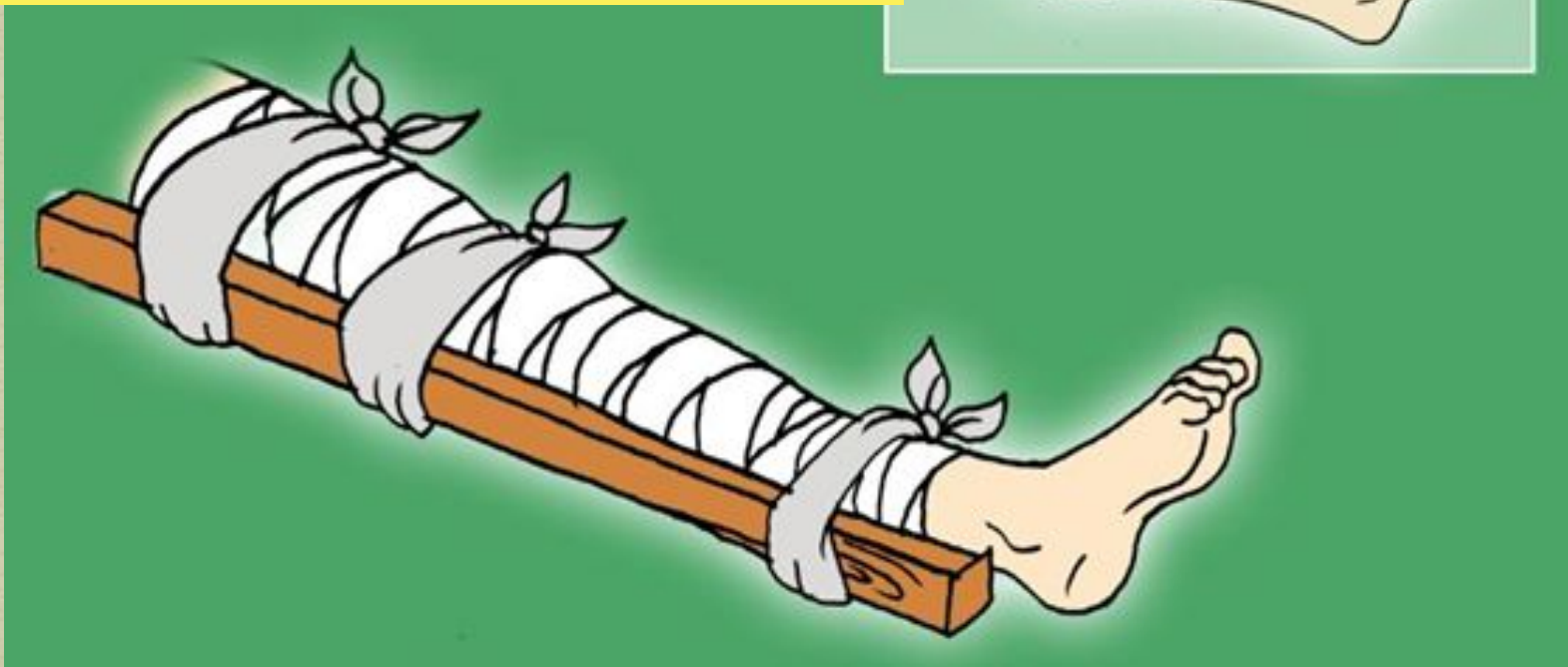
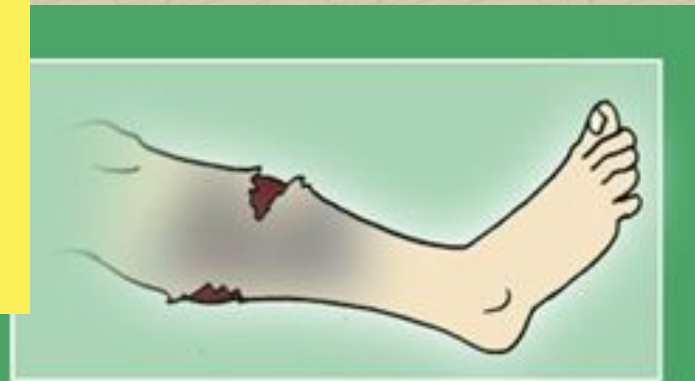
Первая помощь при закрытых переломах

При закрытом переломе следует обеспечить покой повреждённой конечности, для чего накладывают специальную шину, затем дают обезболивающее средство, после чего обязательно доставляют пострадавшего к врачу



Первая помощь при открытых переломах

При открытом переломе следует остановить кровотечение, наложить стерильную повязку, обеспечить покой повреждённой конечности, наложить специальную шину, дать обезболивающее средство, доставить пострадавшего к врачу.

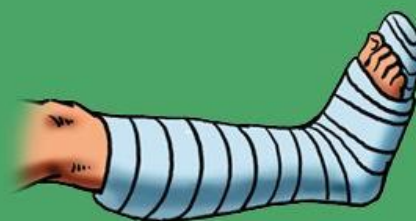


Основной способ оказания первой помощи пострадавшему при переломах – наложение шинной повязки.

При наложении шины должны фиксироваться два ближайших сустава: один - выше места перелома, другой - ниже.



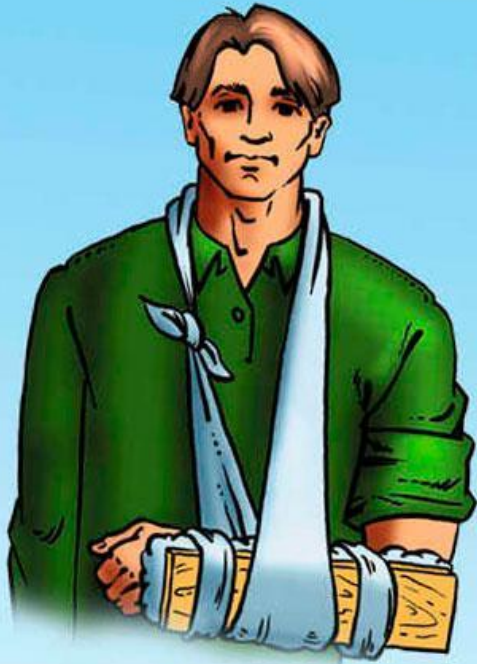
ПРИ ПЕРЕЛОМЕ
ОДНОЙ КОСТИ ГОЛЕНИ



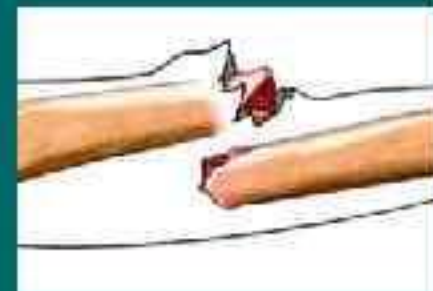
ПРИ ПЕРЕЛОМЕ
ГОЛЕНОСТОПНОГО СУСТАВА



ПРИ ПЕРЕЛОМЕ
ОБЕИХ КОСТЕЙ ГОЛЕНИ



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

Первая помощь при травме плечевого сустава

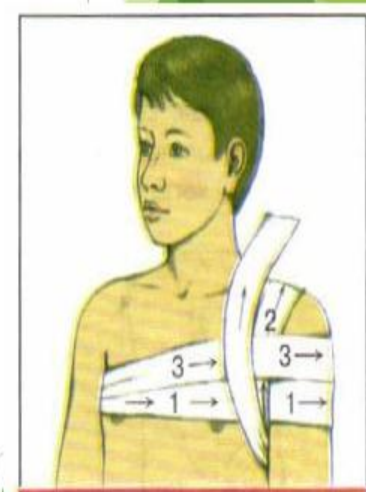


Наложение косыночной повязки на плечо и плечевой сустав:
а, б, в – этапы наложения повязки

- Ушибы плечевого сустава сопровождаются болью, отёком и ограничением амплитуды движений. Нередко наблюдаются кровоизлияния в ткани, окружающие плечевой сустав. Во всех случаях повреждений мягких тканей первая помощь включает создание покоя (применяют косыночную повязку), холод (в первые дни). В качестве косыночной повязки можно использовать треугольный лоскут какой-нибудь материи или платок.

При повреждениях плечевого сустава на него накладывают бинтовую повязку.

Повязку начинают накладывать от здоровой стороны из подмышечной впадины по груди (1) и наружной поверхности повреждённого плеча сзади через подмышечную впадину на плечо (2), по спине через здоровую подмышечную впадину на грудь. Затем, повторяя ходы бинта, пока не закроют весь плечевой сустав, закрепляют конец бинта на груди



Повязка при травме плечевого сустава

Первая помощь при травме голеностопного сустава

Первая помощь при растяжениях



Наложить холод на повреждённое место



Наложить тугую повязку на повреждённое место →

Обеспечить покой повреждённой конечности

Доставить пострадавшего в медицинское учреждение ←

Придать повреждённой конечности возвышенное положение

ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ ПРИ ПЕРЕЛОМЕ КОСТЕЙ

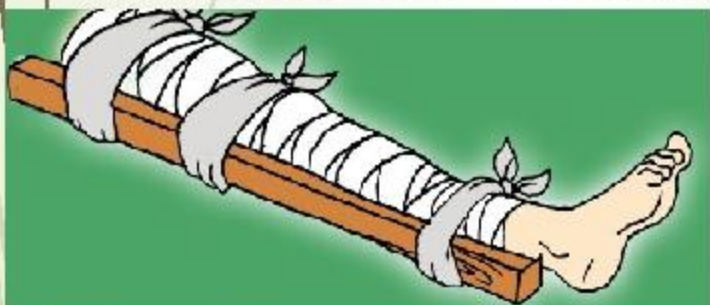


Правила оказания помощи в случаях повреждения голеностопного сустава;

- Предложить 2-3 таблетки анальгина при отсутствии аллергии на лекарственные средства. руку косынкой.
- Приложить к месту повреждения холод.
- Наложить шину.

Во время оказания *первой медицинской помощи при вывихах, растяжениях связок и мышц* необходимо:

- не причинить пострадавшему дополнительной боли;
- помочь ему принять удобное положение, обеспечить покой и неподвижность поврежденной части тела;
- перемещение пострадавшего производить только в том случае, если не ожидается быстрого прибытия «скорой помощи» или если в силу сложившихся обстоятельств необходимо транспортировать пострадавшего самостоятельно.



При любой травме, за исключением *открытого перелома*, целесообразно к травмированному месту *прикладывать лед*. Холод помогает облегчить боль и уменьшить опухоль. При растяжении связок и мышц после того как спадет припухлость можно прикладывать теплые компрессы для ускорения процесса за



Профилактика травм опорно-двигательного аппарата

Эффективная программа физической подготовки (бег, ходьба, аэробика, велоспорт, плавание, лыжи) способствуют укреплению организма и профилактике травм



Домашнее задание:

- 1. Изучить материал параграфа 8.3.**
- 2. В рабочих тетрадях выполнить задание практикума на странице 197.**