Первая помощь при травмах.

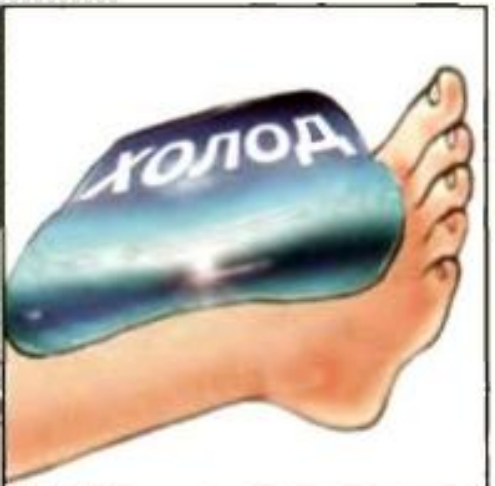
•••

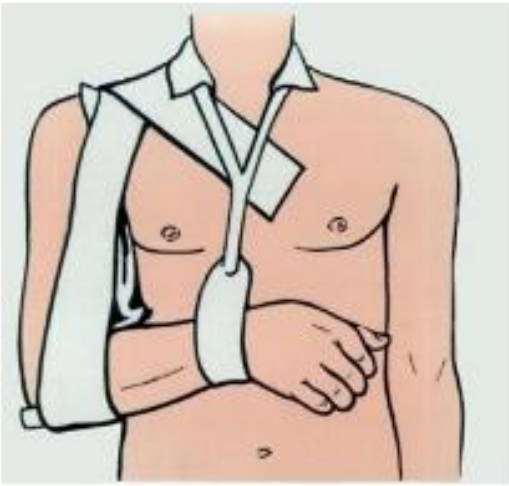
Сделала: Дурандина Елизавета 8 “А”

Растяжение связок.

Растяжение - это повреждение связок, соединяющих кости в суставе.

На повреждённое место следует наложить холодный компресс и тугую повязку, а также ограничить движения. Если боль не отступает, появляются сильный отек, гематома – надо посетить травмпункт.



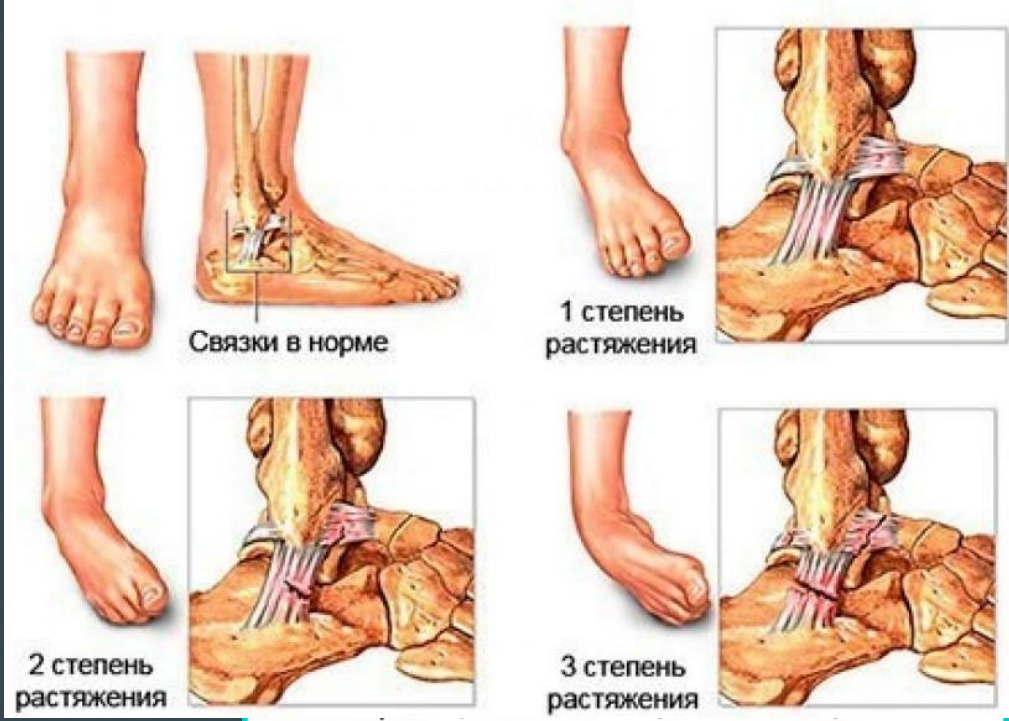


Различают три степени растяжения

I степень – разрыв небольшого количества волокон, сопровождающийся небольшой болью без ограничения активности действий;

II степень – характеризуется частичным разрывом связки, сильной болью, отеком, синяками, затрудненной подвижностью;

III степень – связка разорвана полностью. Наблюдается острая боль, выраженный отек, ограничение движений, обширные гематомы.



Первая помощь при растяжении связок

Обеспечение покоя и неподвижности. Пострадавшему следует принять удобное лежачее или сидячее положение, исключающее шевеления травмированной конечностью, и по возможности приподнять конечность во избежание нарастания отека.

Применение холода. Рекомендуется для снижения болевых ощущений и уменьшения отека сразу после повреждения и в течение первого дня. Кубики льда нужно насыпать в полиэтиленовый пакет или резиновую грелку, обернуть полотенцем и приложить к суставу на 15–20 мин. Процедуру можно повторять несколько раз с получасовыми перерывами. Нельзя прикладывать лед к голой коже или на длительное время, т. к. это может вызвать нарушение кровообращения.

Предохранение от нагрузки. Пораженный сустав следует зафиксировать при помощи эластичного бинта или трубчатой компрессионной повязки из неопрена или эластика.

Чтобы уменьшить боль и снять отечность, в первые дни применяются мази или таблетки с противовоспалительными и обезболивающими компонентами.

Вывихи суставов.

Неловкие, резкие движения могут вызвать сильное смещение костей в суставе - ***вывих***. Чаще всего вывих случается в области локтя, тазобедренного сустава, плеча или большого пальца.

Первая помощь.

Оказывая первую помощь пострадавшему на месте происшествия, нельзя пытаться вправлять вывих, т.к. это часто вызывает дополнительную травму.

Необходимо приложить холод.

Требуется обеспечить покой поврежденному суставу путем его обездвиживания. Нужно наложить шину,фиксирующую повязку.

Нельзя применять согревающие компрессы.

Переломы костей.

Перелом - полное или частичное нарушение целостности кости при нагрузке, превышающей прочность травмируемого участка скелета

Чего нельзя делать при переломах

Не следует без острой необходимости перемещать больного. Никогда не пытайтесь вправлять кости, прощупывать место перелома. Главная задача – снять или уменьшить боли и, как можно быстрее, передать пострадавшего на руки специалистам.

Абсолютные признаки перелома

Неестественное положение конечности.

Патологическая подвижность (при неполных переломах определяется не всегда) — конечность подвижна в том месте, где нет сустава.

Крепитация (своеобразный хруст) — ощущается под рукой в месте перелома, иногда слышна ухом. Хорошо слышна при надавливании фонендоскопом на место повреждения.

Костные отломки — могут быть видны в ране (ранее считалось признаком открытого перелома. На настоящий момент, для постановки диагноза открытый или инфицированный перелом, достаточна визуализация поврежденных кожных покровов в области перелома или вблизи него).

Первая помощь при переломе.

Оценить тяжесть состояния пострадавшего и локализацию повреждений.

При наличии кровотечения — остановить его.

Определить, возможно ли перемещение пострадавшего, до прибытия квалифицированного медицинского персонала. Не рекомендуется переносить или передвигать больного при травмах позвоночника и множественных переломах.

При изолированной травме иммобилизовать (обеспечение неподвижности костных отломков относительно друг друга) повреждённый участок, наложить шину. Шиной может служить любой предмет, который предотвратит движение в повреждённой конечности (захватывая суставы выше и ниже места перелома).

При отсутствии противопоказаний к перемещению пострадавшего транспортируют в медицинское учреждение.

Если доступ медицинского персонала затруднён или невозможен и имеются противопоказания к перемещению пострадавшего, обеспечивают по возможности полную иммобилизацию повреждённых участков, после чего используются носилки с твёрдым основанием, к которым надёжно фиксируется пострадавший.

Источники информации:

1. http://www.medokno.com/okazanie-pervoy-pomoschi/pomosch-pri-travmah/vyivihi/pervaya-pomosch-pri-vyivihah-sustavov.html
2. https://ru.wikipedia.org/wiki/Перелом_кости
3. http://zhivizdorovim.ru/bolezni/drugie-bolezni/11748-pervaya-pomosch-pri-perelomakh-vyvikhakh-oushibakh-i-rastyajheniyakh-svyazok.html
4. http://myfamilydoctor.ru/pervaya-pomoshh-pri-rastyazhenii-svyazok/