

Первая помощь при травмах

Предмет: ОБЖ.

Цель:

рассмотреть правила оказания первой помощи при травмах.

Понятия о травмах

- **Травма – это повреждение, под которым понимают нарушение анатомической целостности или физиологических функций органов и тканей тела человека, возникшее в результате внешнего воздействия.**
- *Повреждения* делятся на
 - закрытые
 - и открые (с нарушением целостности кожного покрова).
- Наиболее распространённым видом травм являются травмы опорно-двигательного аппарата при различных обстоятельствах:
 - при падении,
 - ударах,
 - неловком движении,
 - различных авариях.
- Выделяют четыре основных вида травм опорно-двигательной системы:
 - переломы,
 - вывихи,
 - растяжения и разрывы связок,
 - растяжения или разрывы мышц и сухожилий.

Понятия о переломах

- **Перелом – это нарушение целостности кости.**
- Переломы возникают при
 - падениях,
 - ударах,
 - авариях,
 - в зонах поражения чрезвычайных ситуаций.
- Переломы могут быть
 - закрытыми
 - и открытыми. При открытых переломах в месте перелома образуется рана.
- *Основные признаки переломов:*
 - боль,
 - припухлость,
 - кровоподтёк
 - и нарушение подвижности конечности.
 - При открытых переломах в ране могут быть видны отломки костей.
 - Перелом, как правило, сопровождается кровотечением. Особенно опасно артериальное.

Первая помощь при переломах

- При оказании первой помощи при переломах в первую очередь выполняют приёмы, которые обеспечивают сохранение жизни пострадавшего и исключают возможность превращения закрытого перелома в открытый.
- Обеспечивается неподвижность кости в месте её перелома путём иммобилизации конечности.
- При открытых переломах, сопровождающихся кровотечением,
 - сначала принимают меры по остановке кровотечения,
 - затем рану закрывают стерильной повязкой,
 - пострадавшему вводят противоболевое средство
 - и только после этого проводят иммобилизацию табельными или подручными средствами.
- Неподвижность в месте перелома обеспечивается наложением специальных шин или подручных средств с захватом двух близлежащих суставов (выше и ниже места перелома).

Понятия о вывихах, растяжениях и разрывах связок, при растяжении мышц и сухожилий

- **Вывихи** возникают при смещении суставных поверхностей костей. При этом нарушается целостность суставной сумки, иногда разрываются связки.
- **Основные признаки вывихов в суставах конечностей:**
 - боль в суставе,
 - нарушение движений в нём,
 - изменение формы сустава.
- **Растяжение и разрыв связок** происходят при
 - неудачном прыжке,
 - падении,
 - поднятии тяжестей.
- **Признаки растяжения или разрыва связок:**
 - появляется боль в повреждённом суставе,
 - образуется припухлость,
 - ограничиваются движения.
- **Растяжение мышц и сухожилий** обычно вызываются
 - подъёмом тяжестей,
 - чрезмерной мышечной работой,
 - резким или неловким движением.
- **Наиболее распространёнными** являются растяжения бедра или голени.

Оказание первой помощи при вывихах, растяжениях связок и мышц

- Во время оказания *первой помощи при вывихах, растяжениях связок и мышц* необходимо:
 - не причинить пострадавшему дополнительной боли;
 - помочь ему принять удобное положение, обеспечить покой и неподвижность повреждённой 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 лёд. Холод помогает облегчить боль и уменьшить опухоль.
- При растяжении связок и мышц **после того как спадёт припухлость**, можно прикладывать тёплые компрессы для ускорения процесса заживления.

Вопросы

- 1) Чем вызывается растяжение мышц и сухожилий?
- 2) В каких случаях к травмированному месту прикладывают лёд?
- 3) Что образуется при открытых переломах в месте перелома?
- 4) Какой наиболее распространённый вид травм вы знаете?
- 5) С помощью каких средств обеспечивается неподвижность в месте перелома?

Задание

1. **Внимательно изучите** материал презентации.
Материал презентации и ответы на вопросы **записать** в тетрадь.