

# **Первая помощь при патологических состояниях и травмах**

Сиротин Александр Бенцианович зам.  
главного врача ГБУЗ ПК «Врачебно-  
физкультурный диспансер»  
к.м.н. доцент

# Первая помощь при обмороках

*Что делать в первые секунды потери сознания при наличии пульса на сонной артерии*

Независимо от причины потери сознания действия следует начать с определения пульса на сонной артерии. Только при наличии пульса на сонной артерии можно сделать вывод, что пациент жив, но без сознания.

**1** Убедиться в наличии пульса на сонной артерии

**2** Расстегнуть воротник одежды

*Следует как можно скорее обеспечить свободный приток крови к головному мозгу.*

**3** Ослабить поясной ремень



**4** Приподнять ноги

*После того как обеспечен свободный приток крови к головному мозгу, следует приподнять ноги.*

**5** Поднести к носу ватку с нашатырным спиртом

*Нашатырный спирт — агрессивная жидкость. Затекание его в глаза может привести к слепоте. Следует на ватку капнуть 2—3 капли спирта.*



**Что делать?**

*Когда нет пульса на сонной артерии?*

*Нанести удар кулаком по груди, а при его неэффективности приступить к реанимации.*

*Когда под рукой нет нашатырного спирта?*

*Сильно надавить на болевую точку, расположенную между перегородкой носа и верхней губой.*

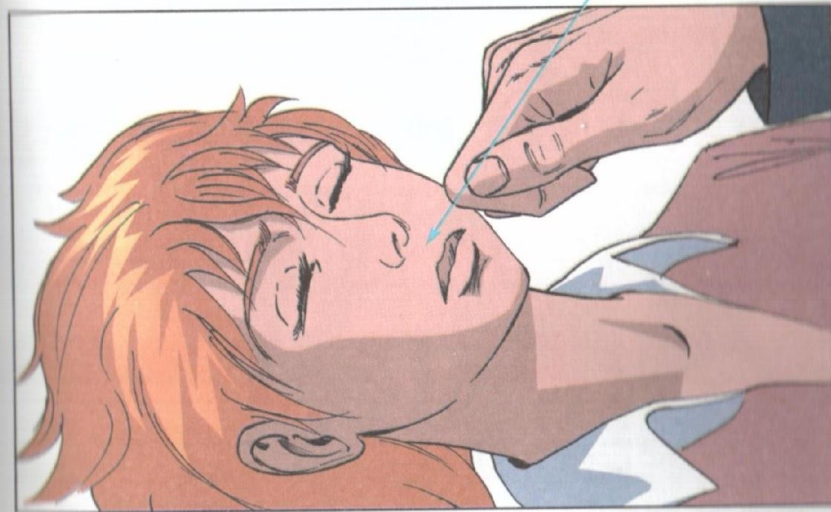
*Как вывести из обморока без использования нашатырного спирта*

Волшебство эффекта нашатырного спирта заключается в его способности вызывать резкую боль, что приводит к выбросу в кровь большого количества адреналина. Восстанавливается нормальный тонус сосудов и увеличивается приток крови к головному мозгу.

В случае отсутствия нашатырного спирта можно воздействовать на болевую точку. Надавливание на нее стимулирует выброс адреналина.

**Надавить большим пальцем на точку, расположенную на верхней губе под перегородкой носа**

*Подобного эффекта, но с меньшим успехом можно достичь похлопыванием ладонями по щекам или обрызгиванием холодной водой.*



*При потере сознания следует немедленно вызвать «Скорую помощь» и обязательно настаивать на госпитализации для выяснения причины обморока. Очень часто обморок является первым признаком опасных заболеваний и отравлений.*

**Что делать?**

*Когда после возвращения сознания появились боли в животе и частые повторные обмороки при попытках встать или сесть?*

*Заподозрить у пострадавшего признаки внутреннего кровотечения.*

*Когда после возвращения сознания пациент поведal, что он не ел более суток?*

*Заподозрить голодный обморок.*

*Когда пациент в течение 3—4 мин не приходит в сознание?*

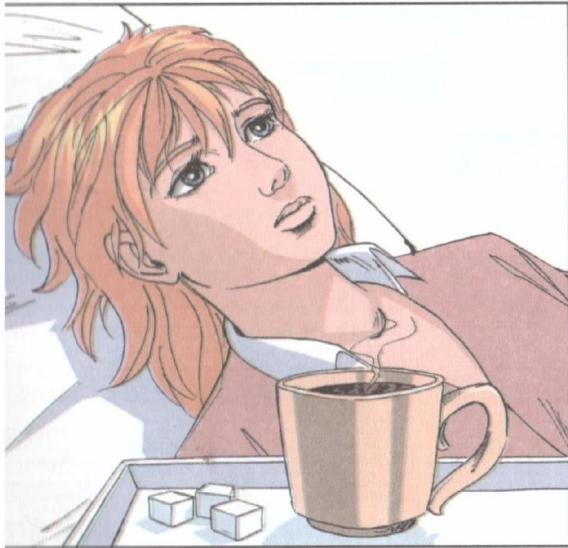
*Повернуть его на живот и очистить ротовую полость.*

# Первая помощь при обмороках

## Что делать в случаях подозрения на голодный обморок

При длительном голодании в кишечнике человека бактерии гниения заедаются бактериями брожения, выделяющими очень много газов. Если процесс газообразования начался в тонкой кишке, то ее стенки перерастягиваются и надрываются. Смерть от кишечной непроходимости наступает течение суток. Вот почему после голодного обморока нельзя кормить пострадавшего и поить его газированными напитками, соками или пивом.

### 1 Предложить крепкий сладкий чай или кофе



*Крепкий сладкий чай — идеальное средство для профилактики повторного голодного обморока.*

*Можно предложить хорошо проваренный, чуть подслащенный куриный бульон.*

*Никогда нельзя кормить голодного и предлагать ему бродящие, газированные напитки.*

### 2 Обеспечить покой в положении «лежа на спине» либо «полулежа» до прибытия медицинского персонала

*При обмороках, причиной которых были эмоциональные потрясения, стесняющая одежда, долгое стояние на одном месте, — действия в оказании первой помощи будут такими же, как и при голодном обмороке.*

#### Что делать?

*Когда обморок произошел в парилке или близких к ней условиях?  
Заподозрить у пострадавшего тепловой удар.*

## Что делать в случаях подозрения на внутреннее кровотечение

Если после обморока пострадавший не может лежать из-за усиливающейся боли в животе или поясничной области, а попытка встать или сесть, снова теряет сознание («ванька-встанька»), то у него можно заподозрить опасное для жизни внутреннее кровотечение.

И не важно, что послужило его причиной — травма селезенки или язвенная болезнь желудка, нарушенная внематочная беременность или кровоизлияние в яичник у женщин, — в любом случае, если такой пострадавший в течение часа не окажется на хирургическом столе, он может умереть от невосполнимой потери крови.

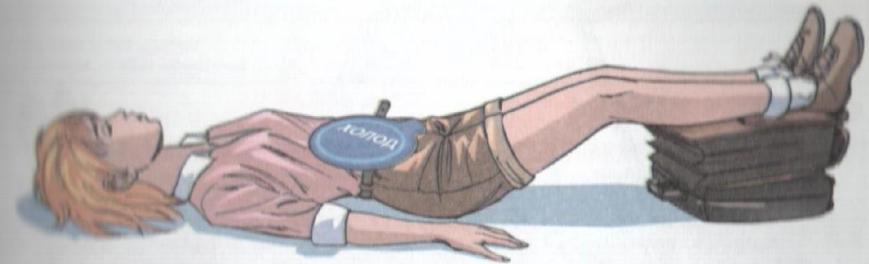
### 1 Обеспечить положение «лежа на спине» с приподнятыми в коленях ногами

*В случаях сильных болей в животе категорически запрещено предлагать обезболивающие и спазмолитические таблетки, обильное питье и пищу.*

### 2 Приложить к животу холод

*Желательно использовать «тяжелый» холод — замороженную тушку курицы весом от 2 кг, 3-литровую бутылку холодной воды и т.п., которые придают и сузят просвет кровоточащих сосудов, уменьшат боль и снизят скорость кровопотери.*

*Использование холода с первых минут внутреннего кровотечения увеличивает время своевременной доставки в больницу на 2—3 ч.*



#### Что делать?

*Когда нет возможности вызвать «Скорую помощь» или ожидание ее прибытия превышает несколько часов?*

*Попытаться транспортировать пострадавшего своими силами, но при выполнении следующих условий: переносить и перевозить пострадавшего только в положении «лежа на спине» с приподнятыми ногами.*

# Первая помощь при обмороках

## Что делать в случаях обморока вследствие теплового или солнечного удара

При тепловом ударе в парилке или во время летней жары человек теряет с потом большое количество жидкости. Для предотвращения повторных обмороков следует как можно скорее предложить большое количество прохладной жидкости.

При длительном пребывании на солнцепеке с непокрытой головой может произойти потеря сознания, сопровождающаяся судорогами. В этом случае следует как можно скорее приложить к голове холод.

### 1 Перенести пострадавшую в тень или прохладное место

Если у пострадавшей очень бледное лицо, то необходимо приложить холод к голове.



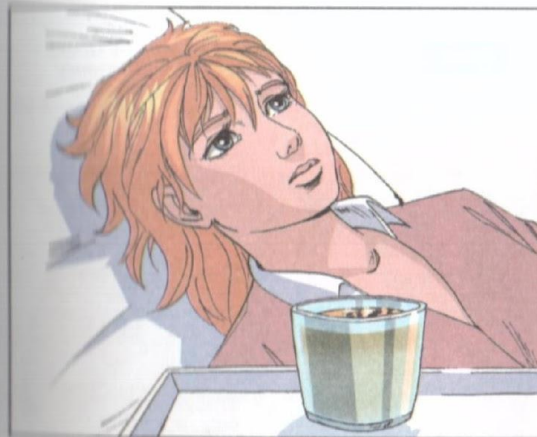
#### Что делать?

Когда у пострадавшей, упавшей в обморок, очень красное лицо и отмечаются судорожные подергивания?

Необходимо как можно скорее приложить холод к голове. В этом случае нельзя приподнимать ее ноги.

## Что делать в случаях обморока вследствие теплового или солнечного удара

### 2 Предложить холодную воду (лучше холодный сладкий чай, минеральную воду без газа), мороженое или воду со льдом



Если у пострадавшей появилось чувство нехватки воздуха, одышка или боли в груди, то лучше обеспечить ей положение полусидя.

### 3 Приложить холод к голове, груди, животу, стопам и ладоням

На лицо и лоб кладут влажное мокрое полотенце и меняют его через каждые 2-3 мин.

Можно использовать бутылки с холодной водой или простыни и полотенца (смоченные холодной водой), прикладывая их к голове, груди, животу, стопам и ладоням.



#### Что делать?

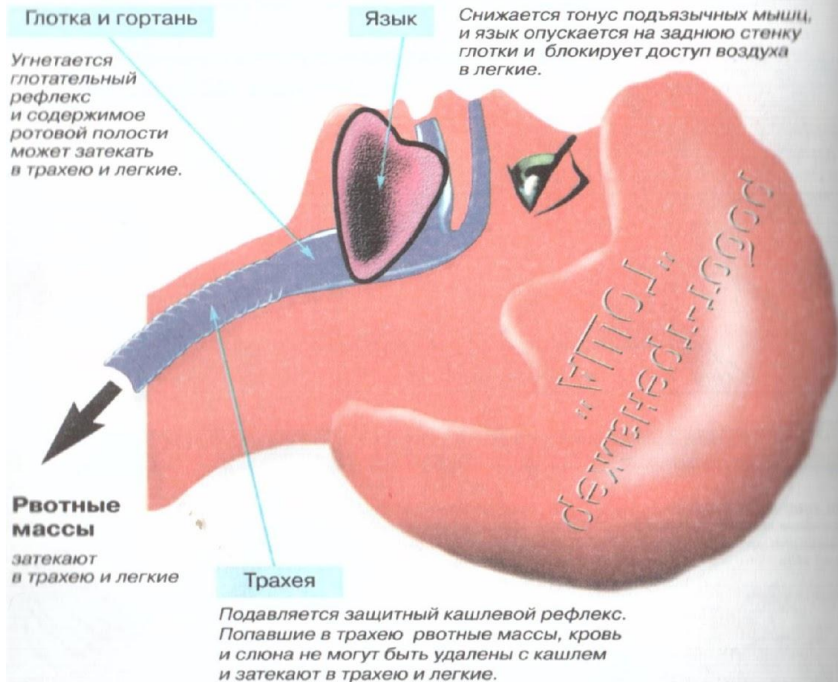
Когда после возвращения сознания появились боли в животе и частые повторные обмороки при попытках встать или сесть?

Заподозрить у пострадавшей признаки внутреннего кровотечения.

# Первая помощь при обмороках

**Почему пострадавшие в состоянии комы, лежащие на спине, часто погибают до прибытия медперсонала**

Развитие комы обязательно сопровождается рвотой, угнетением глотательного и кашлевого рефлексов. Лежащий на спине пострадавший обязательно захлебнется рвотными массами. Солдатское поверье: «Если сраженный воин упал на спину, то он скорее всего убит», к сожалению, отвечает реальности.



**Наиболее частые причины смерти пострадавших в коме, лежащих на спине:**

- удушье собственным языком (асфиксия);
- вдыхание в легкие (аспирация) слюны, крови и содержимого желудка.

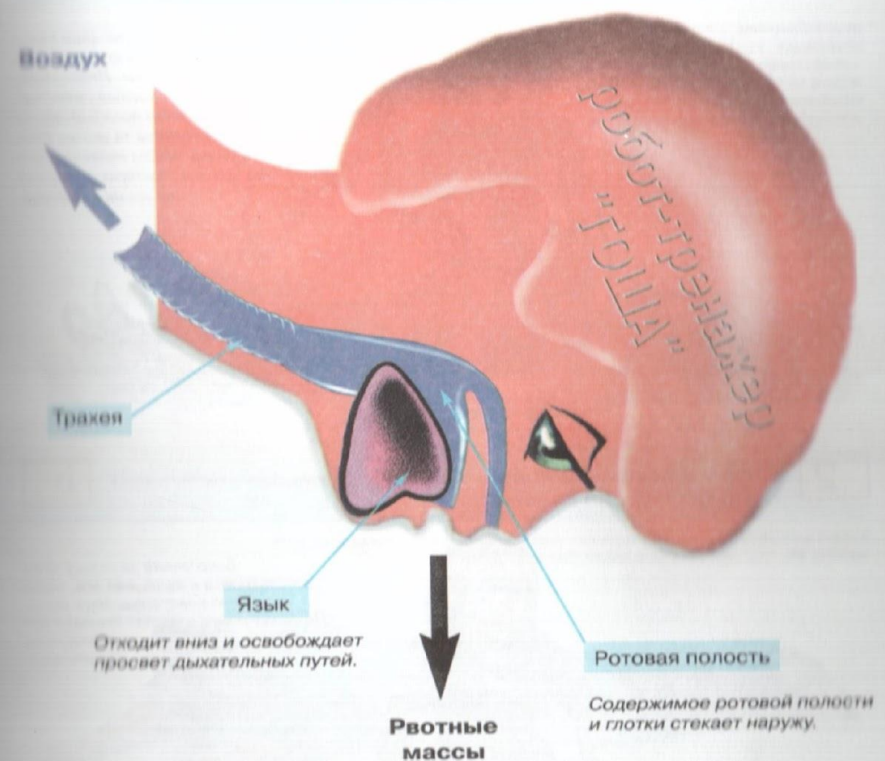
**Что делать?**

Когда пострадавший в состоянии комы лежит на спине?

Немедленно повернуть его на живот.

**Почему пострадавшие в состоянии комы, лежащие на животе, в большинстве случаев не погибают до прибытия медперсонала**

У лежащего на животе происходит самопроизвольное очищение дыхательных путей. Солдатская примета утверждает, что сраженный воин, упавший лицом вниз, скорее всего жив часто имеет практическое подтверждение.



Пострадавшие в состоянии комы должны дожидаться прибытия медицинского персонала в положении «лежа на животе»

# Первая помощь при эпилептическом припадке

## Как предотвратить алкогольную кому

Если у человека с запахом алкоголя изо рта, невнятной речью и слюнявым ртом появилась громкая отрыжка, частые икота и чихание, а нарушенная координация движений не позволяет пьяному вовремя прикрывать рот платком или руками, то уже через 20—30 мин он впадет в состояние алкогольной комы.

- 1 Прекратить прием спиртного
- 2 Съесть дольку лимона или ложку горчицы
- 3 Выпить крепкий сладкий кофе или чай
- 4 Приложить холод к голове или облить голову холодной водой



## Что делать при алкогольной коме

- 1 Повернуть на живот и положить возле носа ватку с нашатырным спиртом на расстоянии 3—4 см от лица пострадавшего



Очистить салфеткой ротовую полость от слизи и рвотных масс, приложить холод к голове, поднести к носу ватку с нашатырным спиртом.

Если пострадавший приходит в сознание, то следует в течение 3—5 мин подносить эту ватку, пока он не откроет глаза и не заговорит.

Если при вдыхании паров нашатырного спирта нет никакой реакции, следует приступить к пункту «2».

- 2 Накрыть голову вместе с ваткой (сделать «нашатырную палатку»)



Если после 5—6 мин нахождения в «нашатырной палатке» пострадавший не приходит в сознание, то следует убрать ткань с головы и ватку с нашатырем.

Если после использования «нашатырной палатки» пострадавший не пришел в сознание?

**Что делать?**

Следует следить за дыханием и пульсом на сонной артерии, периодически очищать ротовую полость с помощью салфетки до прибытия медицинского персонала.

## Как щадяще зафиксировать голову и плечевой пояс ребенка в случае эпилептического припадка

Приступ начинается с крика и внезапного падения больного. Тело начинает биться в судорогах. Лицо сначала краснеет, затем синее. Появляется крик и пенные выделения изо рта. Часто отмечается пена с примесью крови, что является признаком прикусывания языка.

Во время судорог больной сильно бьется головой о пол, поэтому необходимо отодвинуть от него осколки и любые травмирующие предметы или оттащить ребенка в безопасное место.

- 1 Повернуть ребенка на бок

По сути, больной впадает в кому, сопровождающуюся судорогами. Западение языка и затекание слюны в дыхательные пути во время длительных приступов (более 3—4 мин) могут привести к смерти больного.

- 2 Сесть верхом на плечи

Такой способ фиксации позволяет надежно уберечь голову ребенка от травм, но его трудно применить в случае со взрослым больным.

- 3 Осторожно прижать голову к полу и дождаться окончания судорог

Мнение, что требуется обязательно разжать зубы больного и между ними вставить какой-либо предмет, чтобы избежать прикусывания языка, можно оставить без внимания. При попытке разжать зубы часто оказывающему помощь откусывают пальцы, а обломки зубов попадают в дыхательные пути больного.

Лучше дождаться окончания приступа, зафиксировав плечевой пояс и голову больного, чем рисковать его жизнью и своими пальцами. Прикушенный язык заживает уже на второй день.



В случаях эпилептического припадка у взрослого?

**Что делать?**

В положении больного «лежа на спине» прижать своим корпусом и руками его плечи к полу до окончания приступа.

# Первая помощь при попадании инородных тел в дыхательные пути

## Как быстро извлечь инородное тело из дыхательных путей младенца

Способ «Буратино»

Шарообразные инородные тела (драже, кусочек яблока или колбасы, маленькие конфеты или шарики) часто проникают через голосовую щель в трахею. Они одинаково легко попадают в трахею и также легко удаляются из нее при опускании младенца вниз головой.

**1** Положить младенца на свое предплечье головой вниз

**2** Ввести в рот два пальца

При наличии в ротовой полости фантика или целлофанового пакетика, попытаться пальцами удалить эти инородные тела.

**3** Надавить на корень языка и вызвать рвоту

Надавливание на корень языка провоцирует рвоту и стимулирует акт вдоха и кашлевой рефлекс. Резкое сокращение диафрагмы во время рвотного позыва способствует удалению инородного тела из дыхательных путей.

**4** Осторожно похлопать по спине

При похлопывании ладонью по спине следует не забывать, что позвоночник младенца практически не имеет мышечного каркаса и уязвим к любым толчкам и ударам.



Что делать?

В случаях попадания инородных тел в дыхательные пути подростка?

Положить подростка животом к себе на колени и несколько раз ударить ладонью по спине.

## Как быстро извлечь инородное тело из дыхательных путей подростка

Способ «Буратино»

Когда рост и вес ребенка не позволяют удерживать его на руке спасателя, то его можно положить на колени животом вниз и похлопать ладонью по спине.

**1** Положить его на свои колени животом вниз

**2** Похлопать ладонью по спине

Если в течение 15–20 с нет эффекта, следует приступить к другим способам.



Что делать?

В случаях попадания инородных тел в дыхательные пути взрослого?

Перегнуть пострадавшего через спинку стула.

# Первая помощь при попадании инородных тел в дыхательные пути

Как быстро извлечь инородное тело из дыхательных путей взрослого  
Способ «Буратино»

Когда рост и вес пострадавшего не позволяют уложить его животом вниз на своих коленях, можно воспользоваться рядом стоящим стулом или креслом.

**1** Придвинуть стул спинкой к груди пострадавшего



**2** Захватить пострадавшего за поясной ремень и ворот одежды

**3** Перевернуть пострадавшего через спинку стула

**4** Похлопать ладонью по спине

*Если в течение 15–20 с нет эффекта, следует приступить к другим способам.*

**Что делать?**

*Если в течение 15–20 с данная попытка извлечения инородного тела не привела к успеху?*

*Воспользоваться способом Геймлиха.*

Как быстро извлечь инородное тело из дыхательных путей взрослого  
Способ Геймлиха

Самый эффективный способ удаления инородных тел из дыхательных путей.

Удар сложенными в замок кистями наносится под диафрагму, что приводит к ее резкому поднятию вверх и выталкиванию 200–300 мл воздуха из «мертвого пространства». Часто такой удар в надчревную область приводит к выбрасыванию инородного тела наружу.

Удар может спровоцировать внезапную остановку сердца. Поэтому этот способ эффективный, но опасный. Следует выполнять после неудачного применения предыдущих способов.

**1** Встать позади пострадавшего

**2** Обхватить руками и сцепить их в замок под реберной дугой

**3** С силой ударить сложенными в «замок» кистями в надчревную область

*После удара не следует сразу же распускать сложенные в замок кисти. В случае остановки сердца следует придержать падающего пострадавшего.*



**Что делать?**

*Если после удара произошла внезапная остановка сердца?*

*В положении на спине резко надавить двумя руками под реберную дугу и приступить к сердечно-легочной реанимации.*



# Первая помощь при кровотечениях

## Что делать в случаях ранения мягких тканей головы

Пульсирующее кровотечение из артерий не так опасно, как пассивно стекающее из поврежденных вен головы. Тонкие артерии легко спазмируются и тромбируются, и кровотечение редко превышает 10–15 мин.

Венозное кровотечение представляет смертельную опасность. В анирующий просвет поврежденных вен головы легко попадает воздух, что может привести к мгновенной смерти от воздушной эмболии, а длительное кровотечение часто приводит к опасной для жизни кровопотере.

Независимо от характера кровотечения (артериального или венозного) пострадавшую следует сначала усадить или уложить, а к ране прижать марлевый тампон или многократно сложенную чистую ткань, которая, пропитавшись кровью, станет герметичной для воздуха и будет способствовать образованию тромба в поврежденном сосуде.



- 1 Прижать к ране освобожденный от упаковки бинт или много раз сложенную чистую ткань (носовой платок, салфетку и т.д.)



- 2 Зафиксировать тампон шапкой-ушанкой, косынкой или платком и т.д.)

### Что делать?

**Когда из раны головы торчит инородный предмет?**  
Ни в коем случае нельзя извлекать инородный предмет из раны. Следует быстро усадить или уложить пострадавшую так, чтобы избежать дальнейшего смещения этого предмета, и зафиксировать его между двумя освобожденными от упаковки бинтами с помощью лейкопластыря или скотча. Волосы в местах приклеивания скотча желательнее состричь.

## Что делать в случаях носового кровотечения

Обильное носовое кровотечение не угрожает жизни человека, но доставляет много неприятностей из-за перепачканной кровью одежды.

Пострадавшего, взрослого или ребенка, следует успокоить, приложить к носу чистую ткань и поднести к подбородку любую емкость. Эти простые действия позволят сохранить чистоту и вернуть пострадавшему душевное равновесие.

- 1 Приложить к носу чистую ткань (полотенце или салфетку) и поднести к подбородку любую емкость



Следует наклонить голову вперед и обязательно слевывать затекающую в рот кровь в тарелку. Глотание крови может вызвать рвоту.

- 2 Приложить холод к переносице



Пострадавшего прижать двумя пальцами крылья носа к носовой перегородке, т.к. чаще всего кровотечение возникает из венозного сплетения в области перегородки.

- 3 После остановки кровотечения предложить выпить стакан холодной воды

Если носовое кровотечение продолжается более 30–40 мин, следует вызвать «Скорую помощь».



### Что делать?

**В случаях носового кровотечения у больных с высоким артериальным давлением?**

После вышеперечисленных действий приложить к шее горчичник, а к стопам — теплую грелку.

# Первая помощь при кровотечениях

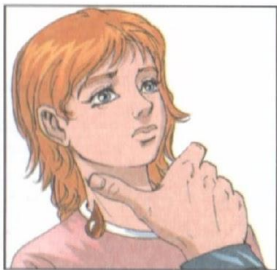
## Что делать в случаях ранения шеи

При ранении шеи смерть может наступить в течение 5–7 с из-за попадания воздуха в вены, из-за отрицательного давления. Любое нарушение целостности стенки вен приводит к всасыванию воздуха в кровеносное русло и закупорке воздушной пробкой сосудов мозга, легких и других органов.

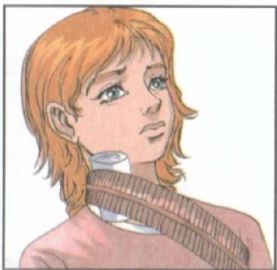
При ранении сонной артерии смерть наступает в течение 5–7 мин. При этом пострадавший, умирая, как бы засыпает (возможно, так и возникло название этих артерий).

### 1 Усадить пострадавшую и прижать рану пальцем

В положении стоя пострадавшие очень быстро теряют сознание.

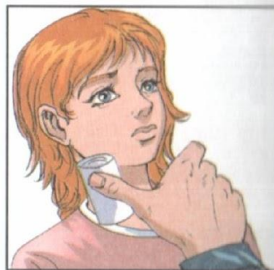


Если есть возможность использовать воротник, его следует прижать к ране. Ткань пропитается кровью и станет герметичной для воздуха.



### 2 Подложить под палец многослойную ткань или головку бинта для герметизации раны

Прижатый к ране тампон уже спасает жизнь пострадавшей. Если возникает необходимость отойти от нее, то необходимо использовать жгут.



### 3 Наложить жгут на шею

Жгут пропустить под мышкой, чтобы зафиксировать тампон. Наложённый таким образом жгут можно держать в течение нескольких часов.

Вложение под жгут записки с указанием времени его наложения не обязательно.

Непроизвольное распускание жгута может привести к смерти.

Когда прибытие медицинского персонала ожидается не ранее 2–3 часов?

Ни в коем случае нельзя до прибытия медицинского персонала распускать жгут, даже если оказание квалифицированной помощи откладывается на несколько суток.

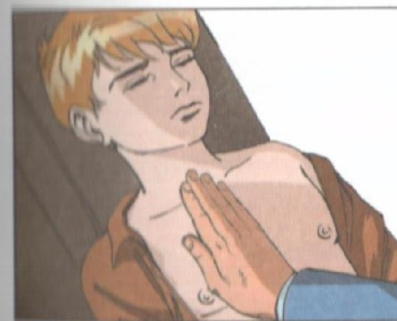
Что делать?

## Что делать в случаях ранения грудной клетки

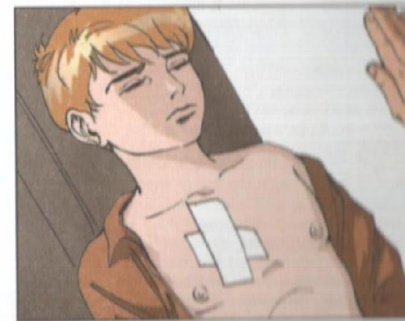
Не важно, что стало причиной ранения: огнестрельное или холодное оружие, осколки стекла или проволока. Проникающее ранение грудной клетки приводит к попаданию воздуха в плевральную полость и сжатию легкого, что значительно ухудшает состояние раненого. Появятся одышка и чувство нехватки воздуха.

При оказании первой медицинской помощи любые ранения грудной клетки следует расценивать как проникающие.

### 1 Усадить пострадавшего и прижать ладонь к ране и закрыть в нее доступ воздуха

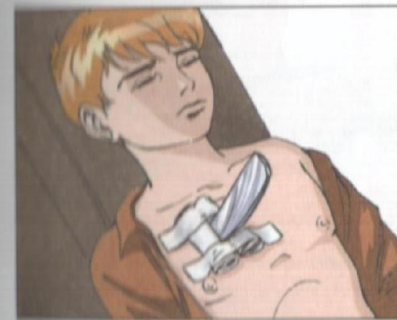


### 2 Наложить пластырь или скотч, чтобы избежать поступления воздуха в плевральную полость



Если из раны торчит какой-либо инородный предмет или холодное оружие, то ни в коем случае нельзя его извлекать.

Чтобы избежать его малейшего смещения, следует зафиксировать этот предмет между двумя скатками бинта и прикрепить их лейкопластырем или скотчем к коже.



Когда пострадавший с ранением грудной клетки потерял сознание?

Придать ему положение «полусидя» и следить за состоянием пульса и дыхания. При исчезновении пульса на сонной артерии приступить к реанимации.

Что делать?

# Первая помощь при кровотечениях

## Что делать в случаях ранения живота

На месте происшествия любую рану в области живота следует расценивать как проникающую. Если в ране видны фрагменты внутренних органов, то не может быть никаких сомнений о тяжести состояния пострадавшего.

Через несколько часов после ранения начинается воспаление брюшины, появляется озноб, жар, повышение температуры. Беспокоит нестерпимая жажда. Но такому пострадавшему нельзя давать пить.

Для уменьшения жажды и сухости во рту следует через каждые 5 — 10 мин смачивать губы и язык с помощью ватки, смоченной водой.

- 1** Приподнять ноги и расстегнуть поясной ремень. Прикрыть содержимое раны чистой салфеткой. Обеспечить покой в положении «лежа на спине».

Края салфетки должны на 2—3 см превышать границы раны.



- 2** Прикрепить салфетку, полностью прикрывающую края раны, с помощью лейкопластыря

В положении на спине с согнутыми в коленях ногами достигается предельное расслабление брюшного пресса.



- 3** Положить холод на живот

Использование холода уменьшает боль, снижает скорость внутреннего кровотечения.



## Что делать?

**Когда раненый жалуется на сильные боли в животе и нестерпимую жажду?**

Нельзя предлагать обезболивающие и давать пить. Можно периодически протирать губы ваткой, обильно смоченной водой.

**Когда из раны выступают или выпадают внутренние органы?**

Нельзя вправлять выпавшие из раны внутренние органы. Рану следует накрыть чистой тканью.

**Когда из раны торчит инородный предмет?**

Ни в коем случае нельзя извлекать инородный предмет из раны.

## Схема расположения точек прижатия артерий и наложения кровоостанавливающих жгутов на работе-тренажере «ГЛАША»

Не следует терять время на определение типа кровотечения (венозного или артериального) и освобождение конечности от одежды, немедленно пережать пальцами или кулаком артерию поврежденной конечности выше места кровотечения в точке, указанной на данной схеме, а затем наложить жгут.

Если в случае венозного кровотечения наложить жгут по правилам наложения артериального жгута, то это никогда не навредит пострадавшему.

Точка пережатия плечевой артерии

Для остановки кровотечения артерию следует прижать к плечевой кости.

Точка пережатия артерий предплечья

У детей и подростков легко пережимаются рукой спасателя.

Точка пережатия бедренной артерии

Для остановки кровотечения артерию следует прижать к бедренной кости кулаком.

Плечевая артерия

При ее ранении смерть может наступить в течение получаса.

Артерии предплечья

При обильном кровотечении у детей и подростков эти артерии можно пережать рукой между костями предплечья: достаточно сильно сжать руку в запястье. Обильное кровотечение из мужской ладони можно остановить только при пережатии плечевой артерии.

Артерии пальцев

При ампутации пальцев кисти кровотечение не представляет угрозы для жизни. В случае ампутации всех пальцев кисти нет необходимости использовать кровоостанавливающий жгут.

Бедренная артерия

В случае ее ранения бездействие в течение 2—3 мин приведет к смерти пострадавшего от потери крови.



# Первая помощь при кровотечениях

## Как остановить обильное кровотечение из раны бедра

Благоприятный исход зависит от своевременного оказания помощи. При ранении бедренной артерии бездействие в течение 2–3 мин обязательно приведет к смерти пострадавшего от потери крови.

- 1 Прижать бедренную артерию кулаком чуть ниже паховой складки



- 2 Наложить жгут на бедро (через гладкий твердый предмет, например, головку бинта) и убедиться, что у лодыжки исчез пульс. Вложить записку с указанием времени наложения жгута



*Невозможно наложить жгут на бедренную артерию без помощи второго спасателя, который должен приподнять ногу.*

*При отсутствии помощника не следует терять время на попытки наложить жгут самостоятельно.*

После наложения жгута следует наложить на рану стерильную повязку и предложить взрослому человеку 2–3 таблетки анальгина. Необходимо выяснить, нет ли у пострадавшего аллергической реакции на лекарственные препараты.

### Что делать?

**Когда, несмотря на сильное давление кулаком на бедренную артерию, продолжается кровотечение из раны?**

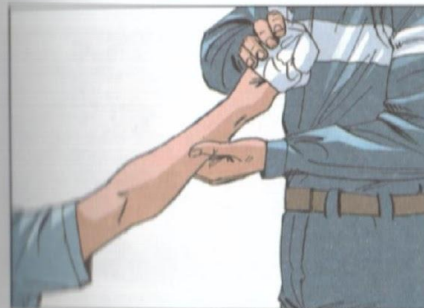
Продолжать давить кулаком на бедро с максимальным усилием и ждать, пока кровотечение полностью не остановится. Ни в коем случае нельзя прекращать свои действия.

## Что делать в случаях ампутации пальцев кисти

При ампутации всех пальцев кисти кровотечение не угрожает жизни. Такая травма сопровождается сильнейшей болью и эмоциональным потрясением.

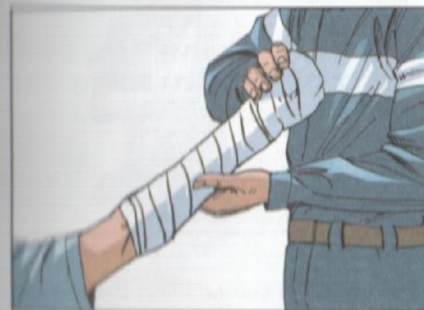
При оказании помощи не следует забывать о необходимости обезболивания таких пострадавших, а также о том, что при соблюдении определенных условий возможна реплантация ампутированных пальцев в течение суток.

- 1 Усадить пострадавшего и приподнять руку вверх. Приложить к ране тампон из большого количества бинта или марли



*С целью возможной реплантации ампутированные пальцы или их фрагменты следует положить в целлофановый пакетик, который надо опустить в другой, наполненный холодной водой или льдом.*

- 2 Наложить давящую повязку до локтевого сустава



- 3 Зафиксировать руку на косынке и предложить анальгин



### Что делать?

**В случаях травматической ампутации кисти?**

Следует обязательно наложить кровоостанавливающий жгут.

# Первая помощь при кровотечениях

## Что делать в случаях сильного кровотечения из ран плеча, предплечья и ладони

Большинство людей при виде крови теряют сознание. Поэтому пострадавшего необходимо усадить или уложить. В таком положении будет легко выполнить одно из важнейших правил остановки кровотечения из ран верхней конечности — рана должна оказаться выше уровня груди пострадавшего.

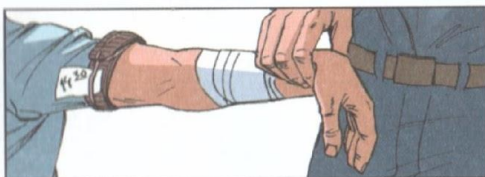
- 1 Усадить пострадавшего и положить его раненую руку себе на плечо. Прижать плечевую артерию к плечевой кости выше раны



- 2 Наложить жгут на поднятой вверх руке и убедиться в отсутствии пульса на лучевой артерии



- 3 Наложить на рану стерильную повязку. Дать обезболивающее. Вложить записку о времени наложения жгута и еще раз проконтролировать пульс



- 4 Зафиксировать руку косынкой



### Что делать?

Когда прибытие медицинского персонала ожидается в течение нескольких часов?

Через каждые 30 мин следует снимать жгут. Дождаться, пока единично стекающие капли не превратятся в поток крови и порозовеет кожа ниже наложения жгута (потребуется не более 10—15 с), и снова наложить жгут. Так можно поступать в течение нескольких часов. Если использовался жгут врача Бубнова («АЛЬФА»), то его можно не снимать 8—10 ч, при условии, что через час после его наложения кожа ниже жгута порозовела.

## Правила наложения аэравматичного жгута доктора В.Г. Бубнова

Особенностями аэравматичного ребристого кровоостанавливающего жгута являются:

1. Жгут не ущемляет кожу, его можно накладывать на голую конечность.
2. Жгут не повреждает артерию или нерв, его можно накладывать с максимальным усилием.
3. Жгут можно не снимать с конечности в течении 8—10 ч, т.к. ребристость жгута позволяет сохранить подкожное кровообращение.

- 1 Прижать большим пальцем один конец жгута к плечу, а другой растянуть с максимальным усилием



- 2 Обернуть растянутый жгут вокруг руки и прижать его большим пальцем к плечу



Резиновая петля-застежка, которую надо обернуть вокруг жгута и зацепить за его свободный конец.

- 3 Наложить следующие витки жгута с меньшим усилием. Обернуть петлю-застежку вокруг жгута и зацепить за его свободный конец



- 4 Вложить записку о времени наложения жгута под резинку петли. Еще раз проконтролировать отсутствие пульса на лучевой артерии



### Что делать?

Когда у жгута порвалась петля-застежка?

Не снимая жгута, завязать на ней новый узелок.

Если после наложения жгута рука начинает отекать и синеть?

Следует немедленно снять жгут и вновь его наложить под контролем пульса на лучевой артерии.

# Первая помощь при переломах костей

## Что делать в случаях переломов плечевой кости и костей предплечья

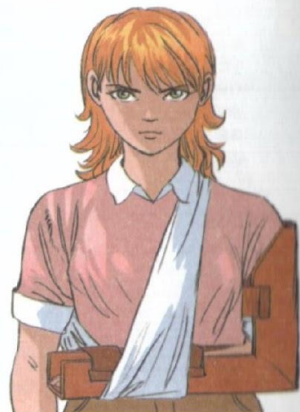
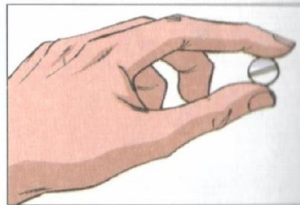
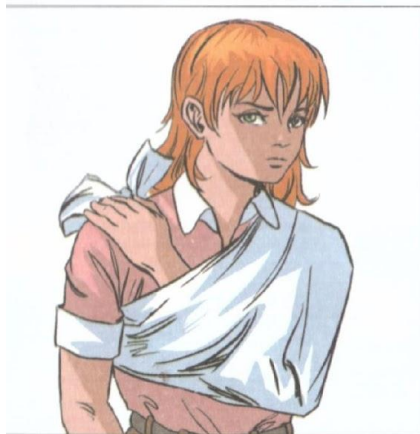
Пострадавшая не может самостоятельно удерживать свою поврежденную конечность, малейшие движения причиняют ей сильнейшую боль. Следует быстро зафиксировать поврежденную руку в щадящем положении и предложить 2–3 таблетки анальгина.

**Необходимо выяснить, нет ли непереносимости к любым лекарственным препаратам.**

**Если есть, то никаких медикаментов не предлагать.**

**При повреждении плечевой кости прибинтовать руку к туловищу и затем дать 2–3 таблетки анальгина**

*Для ускорения действия таблетки надо растолочь ее и дать в виде порошка. Если в течение 3–5 мин не давать запивать, то обезболивающий эффект наступит через 10–15 мин.*



**При повреждении костей предплечья сначала наложить шину, зафиксировать поврежденную руку на косынке и дать 2–3 таблетки анальгина**

### Что делать?

**Когда у пострадавшего с перелом плечевой кости или костей предплечья отмечается сильное кровотечение из раны на плече или на предплечье?**

Следует наложить кровоостанавливающий жгут на плечо и только затем повязку на рану, шину на поврежденную конечность и зафиксировать руку на косынке.

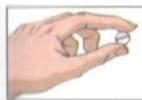
## Что делать в случаях перелома костей голени и повреждения голеностопного сустава

Если пострадавшая не может опереться на поврежденную ногу и даже пошевелить пальцами стопы, следует заподозрить перелом костей голени и голеностопного сустава.

**Нельзя:**

- оцупывать конечность с целью уточнения места перелома;
- снимать с поврежденной ноги одежду и обувь до действия обезболивающего средства;
- накладывать повязки и шины без обезболивания.

**1 Предложить 2–3 таблетки анальгина**



**Необходимо узнать, нет ли у пострадавшего аллергической реакции на лекарственные средства.**

Локализация болей и повреждений



Длина шины

**2 Наложить транспортную шину**



*Шину следует накладывать вдвоем. Первый участник фиксирует поврежденную ногу. Второй формирует шину и, удерживая ее, заводит под приподнятую ногу.*



*Прежде чем накладывать транспортную шину, необходимо сформировать ее по форме и размеру здоровой ноги и выждать 10–15 мин до начала действия анальгина.*

### Что делать?

**Когда из раны в области перелома обильно вытекает кровь и видны обломки костей?**

Следует наложить жгут, предложить таблетки анальгина и только затем наложить повязку на рану и шину на конечность.

**Когда стопа или голень сильно деформированы или неестественно вывернуты?**

Наложение шины вызовет боль, которую можно уменьшить только наркотиками. Вызвать «Скорую помощь»; до ее приезда следует зафиксировать конечность в таком положении, какое не причиняет дополнительную боль. Для фиксирования можно использовать валики из одежды.

# Первая помощь при переломах костей

## Что делать в случаях перелома нижней трети бедренной кости и повреждения коленного сустава

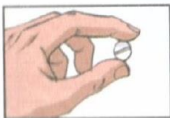
Когда пострадавшая не может встать или даже пошевелить ногой в положении лежа, следует заподозрить перелом бедренной кости или повреждение коленного сустава.

Наложение шины вызовет нестерпимую боль, которую можно уменьшить только наркотиками. До прибытия «Скорой помощи» следует зафиксировать конечность в положении, которое не причиняет дополнительную боль.



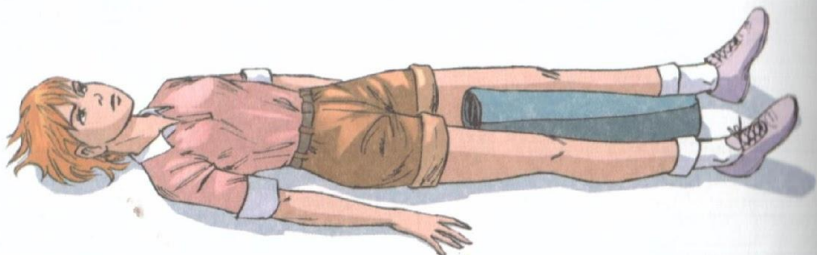
Длина шины

- 1** Предложить 2—3 таблетки анальгина

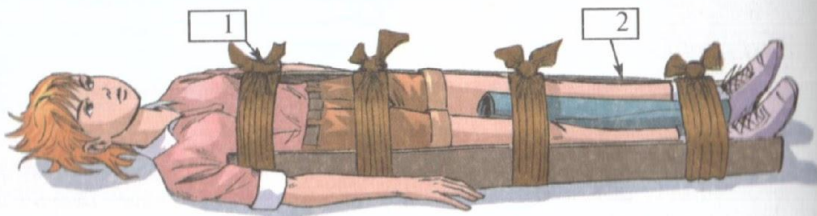


Необходимо узнать, нет ли у пострадавшего аллергической реакции на лекарственные средства.

- 2** Удобно уложить пострадавшую и положить между ног скатку (валик) из мягкой ткани



- 3** Если нельзя вызвать спасательные службы или «Скорую помощь» необходимо наложить транспортные шины



Спина следует зафиксировать транспортные шины на груди, затем на стопах.

## Как переложить пострадавшего с земли на носилки щадящими способами

Существует множество способов перекладывания пострадавшего с земли на носилки. В каждом случае участникам оказания помощи придется самим решать, каким способом уместно воспользоваться. Имеют значение масса пострадавшего, характер повреждений, а главное — число участников.

### Перекладывание пострадавшего способом «Нидерландский мост»

Минимальное количество участников — трое. Основная тяжесть при переносе пострадавшего распределена между первым и вторым участниками. Способ трудновыполним из-за тяжелой физической нагрузки, но удобен при перекладывании пострадавшего в положении «на животе».

#### Первый участник

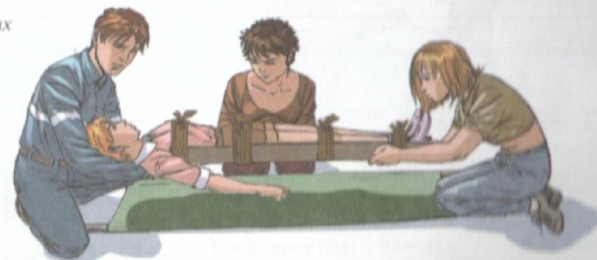
Зовывает пострадавшую под мысками, располагая ее голову на своих предплечьях.

#### Второй участник

Подкладывает руки под тазовую и поясничную область.

#### Третий участник

Располагает на своих предплечьях голени и стопы пострадавшей.



Основная задача во время перекладывания — удерживать поврежденные конечности, голову и туловище в одной плоскости. Перенос пострадавшей следует начинать по команде второго участника.

### Перекладывание пострадавшего способом «скрутка» или «скатка»

Минимальное количество участников — четверо. Основная тяжесть при переносе распределена между 2-м и 3-м участниками. Данный способ нельзя использовать при переносе в положении «лежа на животе» и в случаях, когда на пострадавшем нет одежды из плотной ткани.



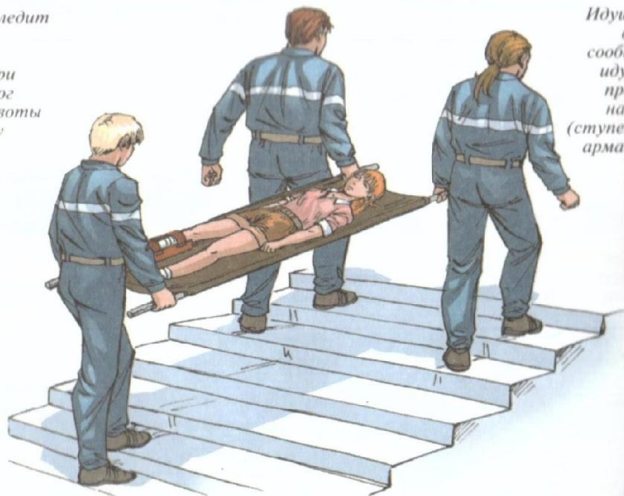
Основная задача: очень плотно скрутить прочную ткань одежды в «скатку» на груди и животе. В одну «скатку» скрутить обе штанины брюк на бедрах и голених и по общей команде участника, придерживающего голову, перенести на носилки.

# Первая помощь при переломах костей

## Как правильно транспортировать пострадавшего на носилках

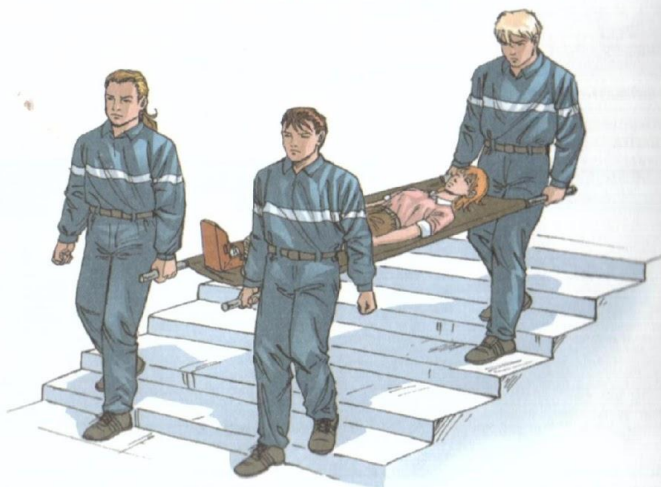
Вверх по лестнице или в горизонтальном направлении головой вперед.

Идущий сзади следит за состоянием пострадавшего и в случае потери сознания, судорог или приступа рвоты подает команду об экстренной остановке.



Идущие впереди обязательно сообщают идущему о всех препятствиях на своем пути (ступеньки, куски арматуры и пр.).

Вниз по лестнице головой назад.



## Что делать в случаях повреждения костей таза, тазобедренных суставов или верхней трети бедренных костей, когда пострадавшая находится в позе «лягушки»

Такая поза позволяет уберечь сосуды и окружающие ткани от травмирования обломками поврежденных костей. Если в течение 5—6 мин не будет подложен валик под колени, то появится мышечная дрожь усталости бедренных мышц, и тогда мельчайшие фрагменты костей, содержащие жировые включения, попадут в кровоток. Пострадавшая погибнет в ближайшие сутки от жировой эмболии сосудов мозга, легких, кишечника и печени.

1

Подложить валик под колени

Локализация болей и повреждений

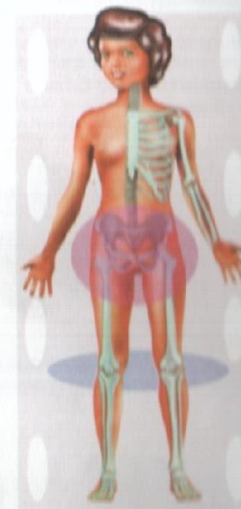
2

Предложить 2—3 таблетки анальгина

Валик под коленями



Необходимо узнать, нет ли у пострадавшей аллергической реакции на лекарственные средства.



Транспортная иммобилизация на шите



Особенность оказания помощи при повреждении костей таза или верхней трети бедренных костей заключается в том, что следует подложить валик под колени и только затем предложить пострадавшему обезболивающие таблетки.

### Что делать?

Когда у пострадавшей в состоянии комы отмечается поза «лягушки»?

Немедленно повернуть пострадавшую на живот. От попадания содержимого желудка в дыхательные пути и западения языка смерть может наступить в ближайшую минуту.

Идеальным средством иммобилизации в этом случае является вакуумный матрас. При необходимости пострадавшую, зафиксированную в таком матрасе, можно повернуть на бок или лицом вниз.



# Первая помощь при ожогах

## Что делать в случаях термических ожогов

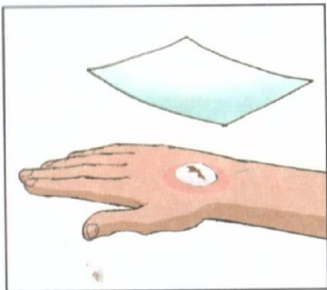
Если площадь ожога не превышает 10% и ожоговые пузыри не повреждены, то необходимо начать с прикладывания к поверхности ожога пакета со льдом или охладить под струей холодной воды.

Холод препятствует образованию ожоговых пузырей. Если холод применен в течение первой минуты, то можно избежать образования пузырей.

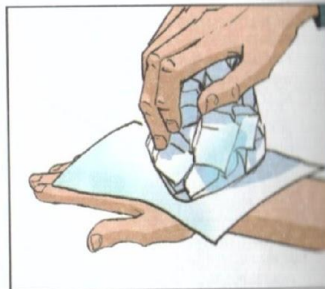
При наличии вскрытых ожоговых пузырей, ссадины или раны следует прикрыть пораженный участок чистой сухой тканью (полотенцем, салфеткой), поверх чистой ткани приложить пакет со льдом на 20–30 мин.

Если площадь ожога превышает 10%, необходимо пострадавшую уложить, прикрыть место ожога чистой тканью, приложить холод и предложить обильное теплое сладкое питье. При любых ожогах необходимо предложить взрослому 2–3 таблетки анальгина, а ребенку от 3 до 12 лет — половину таблетки анальгина.

**1** Накрыть обожженную поверхность сухой чистой тканью



**2** Поверх сухой ткани на 20–30 мин положить холод



**3** Предложить таблетку анальгина и обильное теплое сладкое питье



### НЕЛЬЗЯ!

- Смазывать обожженную поверхность маслами и жирами.
- Сдирать с обожженной поверхности остатки одежды.
- Вскрывать ожоговые пузыри.
- Туго бинтовать обожженную поверхность.
- Накладывать пластырь.
- Присыпать порошками или крахмалом.
- Смазывать йодом, зеленкой, лосьонами, мазями.
- Предлагать пострадавшему газированную воду.

## В каких случаях термических ожогов следует вызывать «Скорую помощь»

### Схема быстрого определения площади ожогов на роботе-тренажере «ГЛАША»

Ожоги, площадь которых не превышает 10% поверхности тела, не представляют угрозы для жизни. Пострадавшая может передвигаться с сопровождающим в медицинский пункт. Ожоги более 10% могут закончиться смертью. В этом случае запрещены любые передвижения.

Если площадь ожога превышает 10%, необходимо вызвать «Скорую помощь».



# Первая помощь при остановке дыхания и кровообращения

## Как определить признаки клинической смерти

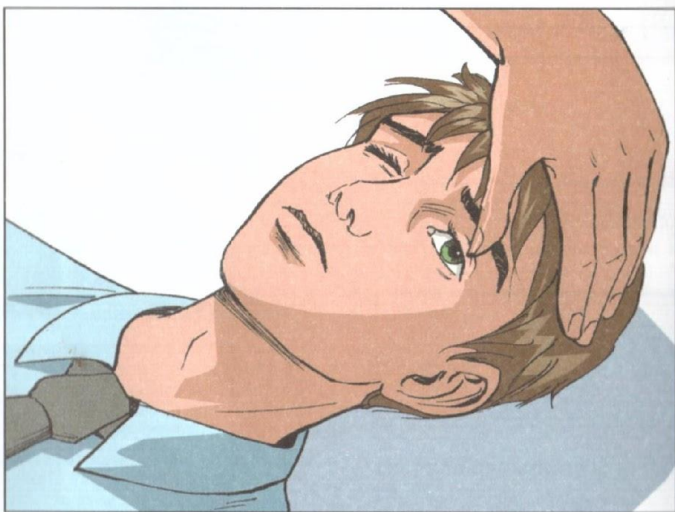
### Не следует терять время:

1. На ожидание ответов на заданные вопросы: «Все ли у тебя в порядке? Можно ли приступить к оказанию помощи?» Следует, не теряя ни секунды, приступить к определению реакции зрачков на свет и пульса на сонной артерии.

2. На определение признаков дыхания с помощью ворсинок ватки, зеркала и определения движения грудной клетки. При остановке сердца дыхание продлится не более 30 с.

**1** Приподнять большим пальцем верхнее веко

**2** Посмотреть на зрачок



Если после попадания света на зрачок он остается широким, следует сделать вывод об отсутствии реакции зрачка на свет. Сужение зрачка под действием света означает его реакцию на свет.

В темное время суток определить реакцию зрачков на свет без электрического фонарика невозможно. В случаях смерти пострадавшего от передозировки наркотиков зрачки умершего еще несколько часов будут очень узкими.

**Что делать?**

Когда нет реакции зрачков на свет?  
Попытаться определить пульс на сонной артерии.

## Как определить признаки клинической смерти

Чтобы сделать вывод о наступлении клинической смерти, достаточно убедиться в отсутствии сознания, реакции зрачков на свет и пульса на сонной артерии.

**3** Расположить четыре пальца на шее пострадавшего

Расположенные между ключичной мышцей и хрящами гортани пальцы следует осторожно продвигать вглубь, стараясь почувствовать удары пульса.



Определять пульс следует не менее 10 секунд.

**Что делать?**

Когда подтвердились признаки клинической смерти,  
Быстро освободить грудную клетку от одежды и нанести удар по груди. При его неэффективности приступить к сердечно-легочной реанимации.

# Первая помощь при остановке дыхания и кровообращения

## Как наносить удар по груди

В случае внезапной остановки сердца, особенно после поражения электрическим током, необходимо нанести удар по груди пострадавшего. Эту рзостую манипуляцию можно отрабатывать только на специальных роботах-тренажерах «ГОША» или «ГЛАША».

Если удар нанесен в течение первой минуты после остановки сердца, о вероятность оживания превышает 50%.

Нанесение удара при наличии пульса на сонной артерии может спровоцировать остановку сердца. Надо обязательно убедиться в отсутствии пульса на сонной артерии. Все домыслы о том, что удар крайне опасен для жизни, не имеют практического обоснования.

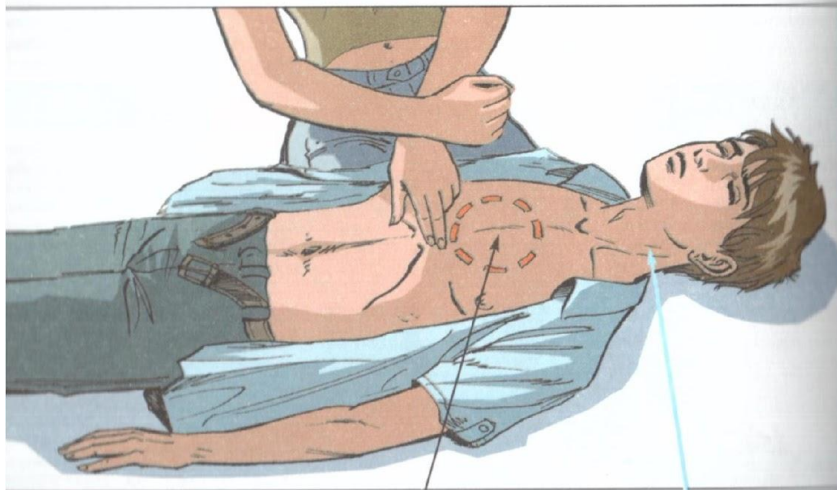
В экстремальной ситуации лучше использовать реальный шанс на спасение, чем сетовать на отсутствие врача и этим оправдать свою бездеятельность в спасении человека.

### 1 Прикрыть двумя пальцами мечевидный отросток

При ударе по мечевидному отростку он может отломиться от грудной кости и травмировать печень.

### 2 Нанести удар кулаком

выше своих пальцев, прикрывающих мечевидный отросток.



Место удара обозначено пунктирной линией.

### 3 После удара проверить пульс на сонной артерии

Если после удара пульс не появился? Приступить к непрямому массажу сердца.

Что делать?

## Как проводить непрямой массаж сердца

При каждом ритмичном надавливании на грудную клетку сердце сжимается между грудной костью и позвоночником, и из него выбрасывается кровь в сосуды. После прекращения надавливания грудина возвращается в исходное положение и кровь затекает из сосудов в сердце. Каждое надавливание на грудную клетку умирающего заменяет одно сердечное сокращение.

При каждом интенсивном нажатии на грудную клетку из нее обязательно выталкивается воздух. Во время продавливания грудной клетки на 3–5 см на легких выталкивается до 300 мл воздуха. Именно на этой особенности основаны способы ручной искусственной вентиляции легких.

Когда выделения изо рта умирающего представляют угрозу для здоровья спасающего, можно ограничиться проведением непрямого массажа сердца до прибытия медицинского персонала.

### 1 Расположить ладонь

выше мечевидного отростка так, чтобы большой палец был направлен на подбородок или живот пострадавшего.

Оптимальное соотношение надавливаний на грудную клетку и вдохов искусственного дыхания 15 : 2, независимо от количества участников реанимации.

Чтобы непрямой массаж сердца был эффективным, его необходимо проводить на жесткой ровной поверхности.

### 2 Переместить центр тяжести

на грудину и проводить непрямой массаж сердца прямыми руками.



### 3 Надавить на грудную клетку

Продавливать грудную клетку на 3–5 см с частотой не реже 60 раз в мин. Каждое нажатие следует начинать только после того, как грудная клетка вернется в исходное положение.

Что делать?

Если под ладонью появится неприятный хруст (признак перелома ребер), то следует уменьшить ритм надавливаний и ни в коем случае не прекращать непрямой массаж

# Первая помощь при остановке дыхания и кровообращения

**Почему нельзя сделать вдох искусственного дыхания, не запрокинув голову пострадавшего и не зажав его нос**

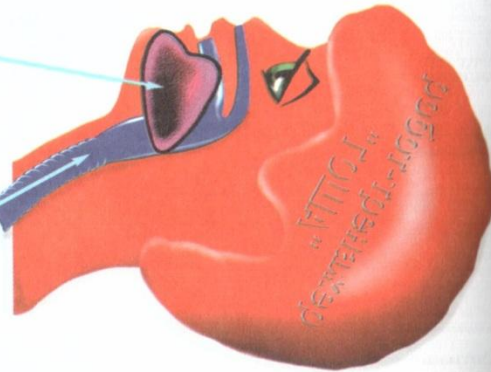
Демонстрация восстановления проходимости дыхательных путей на роботе-тренажере «ГОША»

**Язык**

В момент наступления клинической смерти опускается на заднюю стенку глотки и блокирует прохождение воздуха в легкие.

**Глотка, гортань и трахея**

Поступление в них воздуха во многом зависит от положения головы и шеи.



Восстановить проходимость дыхательных путей можно и без запрокидывания головы. Достаточно выдвинуть и приподнять нижнюю челюсть, чтобы корень языка отошел от задней стенки глотки. На отработку этого несложного приема уходят недели практических занятий.

**Язык**

При запрокидывании головы отходит вверх и освобождает доступ воздуха в легкие.

**Носовые ходы**

Если в момент вдоха искусственной вентиляции легких способом «изо рта в рот» не зажать нос, то воздух выйдет наружу.



Часто предлагается проводить искусственное дыхание способом «изо рта в нос». На практике мало кто решается взять чей-то нос в свой рот, а такое состояние слизистой носа, как насморк,

**Как проводить вдох искусственной вентиляции легких (ИВЛ) способом «изо рта в рот»**

При выполнении ИВЛ этим способом нет необходимости:

- 1) Разжимать челюсти пострадавшего, т.к. зубы не могут быть герметичными для прохождения воздуха. Достаточно разжать губы, чтобы воздух прошел в дыхательные пути.
- 2) Вытаскивать изо рта язык, который при запрокидывании головы освобождает просвет дыхательных путей.
- 3) Контролировать эффективность вдоха по движению грудной клетки, т.к. при проведении реанимации одним спасателем практически невозможно.

**1 Правой рукой обхватить подбородок**

так, чтобы пальцы, расположенные на нижней челюсти и щеках пострадавшего, смогли разжать и приоткрыть губы.

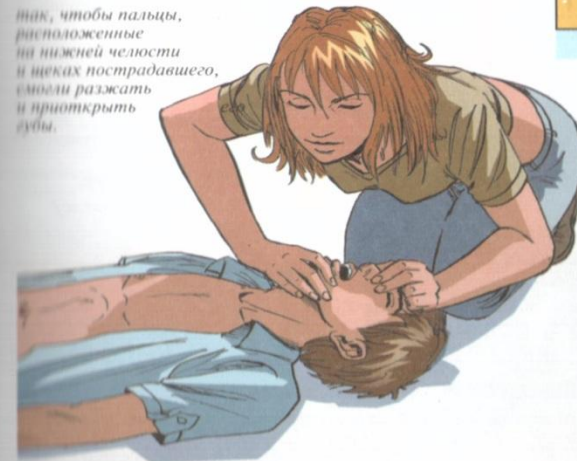
**2 Левой рукой зажать нос**

**3 Запрокинуть голову пострадавшего**

Удерживать голову пострадавшего в таком положении до окончания проведения вдоха.

**4 Плотно прижаться губами**

к губам пострадавшего и сделать в него максимальный выдох. Если во время вдоха ИВЛ спасатель пальцами правой руки почувствует раздувание щек, то он может сделать вывод о неэффективности попытки вдоха.



**Что делать?**

**Если первая попытка вдоха ИВЛ оказалась неудачной?**

Следует увеличить угол запрокидывания головы и сделать повторную попытку.

**Если вторая попытка вдоха ИВЛ оказалась неудачной?**

Необходимо сделать 15 надавливаний на грудину, повернуть пострадавшего на живот, очистить пальцами ротовую полость и только затем сделать вдох ИВЛ.

**Если невозможно преодолеть чувство брезгливости или в случаях угрозы отравления опасными для жизни газами?**

Следует использовать специальную пластиковую маску для проведения ИВЛ способом «изо рта в рот».

# Алгоритм оказания первой помощи

## Универсальная схема оказания первой медицинской помощи на месте происшествия

По методике доктора В.Г. Бубнова

### Нет сознания и пульса на сонной артерии

*Пострадавший находится в состоянии клинической смерти*

Что делать?

Попросите окружающих вызвать «Скорую помощь» и найти для вас пластиковую защитную маску в аптечках первой помощи. Если нет маски для проведения дыхания способом «изо рта в рот», то нужно проводить непрямой массаж сердца.

### Нет сознания, но есть пульс на сонной артерии

*У пострадавшего обморок (потеря сознания не более 3—4 мин) или состояние комы (потеря сознания более 3—4 мин)*

Что делать?

Если вы будете следовать указанной очередности действий, то можно рассчитывать на спасение жизни пострадавшего.

I

Приступить к реанимации



II

Попытаться привести в сознание. Если в течение 3—4 мин сознание не вернулось—вернуть на живот.



III

Перезакрыть артерию рукой и наложить жгут



### Опасное наружное кровотечение

*Размер лужи крови в диаметре превышает метр*

Что делать?

Быстро пережать кровоточащий сосуд выше раны и попросить окружающих найти кровоостанавливающий жгут. Вызвать «Скорую помощь».

IV

Наложить стерильную повязку



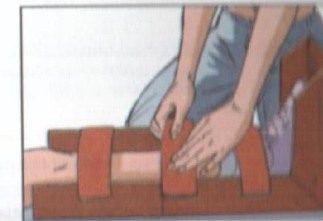
### Наличие раны

Что делать?

Давящая и герметизирующая повязки спасут жизнь в случаях венозных кровотечений, ампутаций пальцев и синдроме длительного сдавления.

V

После обезболивания наложить транспортные шины



### Признаки перелома костей конечностей

Что делать?

До наложения транспортной шины необходимо обезболить пострадавшего. Если деформированы конечности то следует зафиксировать конечности в положении, вызывающем наименьшую боль. Вызвать «Скорую помощь».