



ИНСТРУКЦИЯ по оказанию первой помощи пострадавшему.

1. Действия при потере сознания:

Важно: Если человек без сознания, но пульс прощупывается и есть дыхание или подозрение на перелом грудной клетки, то искусственное дыхание и непрямой массаж сердца не делаются.

1.1. Алгоритм действий должен выглядеть следующим образом:

1. Уложить пациента на ровную поверхность. Под шею можно положить импровизированный валик.
2. Запрокинуть голову вверх на 45 градусов и выдвинуть немного нижнюю челюсть. При необходимости очистить указательным пальцем дыхательные пути от пены, рвотных масс, слизи.
3. Чередовать искусственное дыхание и непрямой массаж сердца. Рекомендованное соотношение техник: 1/5 – если реанимация проводится одним человеком, 1/10 или 1/15 – если участие принимают двое.

Для того чтобы применить методику искусственного дыхания, следует произвести следующие действия:

1. Зажать нос пострадавшего. Второй рукой взяться за его подбородок
2. Сделать очень глубокий вдох ртом
3. Обхватить губами рот пациента так, чтобы не потерять лишний воздух
4. Сделать энергичный выдох
5. Технику можно осуществлять двумя способами: «изо рта в рот» и «изо рта в нос». При желании рот или нос можно прикрыть чистым носовым платком или отрезом марли.
6. **1.2. Техника выполнения непрямого массажа сердца**

Правила оказания первой помощи в виде непрямого массажа сердца выглядят следующим образом:

- Занять удобное положение около потерпевшего, справа или слева от него

Положить одну ладонь на нижнюю часть грудной клетки так, чтобы она располагалась строго посередине. Вторую руку положить сверху первой в перпендикулярном положении. При этом руки должны быть прямыми

- Начать делать энергичные надавливания руками. Применять при этом необходимо вес всего тела. Грудинка должна прогибаться примерно на 3 см, а при повышенной массе тела пациента – на 5 см

- После каждого нажатия руки удерживаются в конечном положении 1/3 секунды. Общий темп толчков должен быть не менее 1 в секунду

2. Действия в случае поражения электрическим током необходимо:

1. Освободить пострадавшего от действия тока:

- отключить цепь с помощью рубильника или другого выключателя;
- перерубить или перерезать провода (каждый в отдельности) инструментом с сухой ручкой из изолирующего материала;
- отбросить сухой палкой или доской оборвавшийся конец провода от пострадавшего;

– при невозможности выполнить вышеперечисленные пункты необходимо оттянуть пострадавшего от токоведущей части, взявши за его одежду, если она сухая и отстает от тела. При этом располагаться надо так, чтобы самому не оказаться под напряжением.

2. Вызвать скорую медицинскую помощь.

3. Оказать первую медицинскую помощь:

- уложить пострадавшего на подстилку;
- распустить пояс, расстегнуть одежду, создать приток свежего воздуха,
- дать нюхать нашательный спирт;
- обрызгать лицо и шею холодной водой;
- растиреть грудь и конечности спиртом;
- при необходимости сделать искусственное дыхание и массаж сердца.

3. Действия при отравлении угарным газом необходимо:

- вынести пострадавшего на свежий воздух;
- поднести к носу ватку, смоченную нашательным спиртом;
- при необходимости применить искусственное дыхание;
- после восстановления дыхания дать валериановых капель.

4. Действия при порезах необходимо:

- при порезах стеклом тщательно осмотреть рану, очистить ее,
- промыть рану дезинфицирующим раствором (например – фурацилином);
- обработать рану йодом;
- наложить повязку;
- при сильном кровотечении перевязать жгутом выше места пореза, на рану положить давящую повязку.

5. Действия в случае кровотечения:

- Посадить пострадавшего
- Освободить рану от одежды
- Промыть водой и перекисью водорода
- Обработать спиртом
- Наложить стерильную марлевую повязку

5.1. Носовое кровотечение:

- Посадить пострадавшего
- Попросить наклонить голову вперед
- Сжать ноздри на 10 минут .

6. Действия при ушибах:

- положить на место ушиба холодный компресс;
- забинтовать ушибленное место.

7. Первая помощь при переломе конечности:

Обездвижить конечность с помощью шины из аптечки. Если ее нет, то — зонта, любого другого длинного прямого и твердого предмета

Дать обезболивающее

Ждать медиков

9. Первая помощь при потере сознания:

Уложить пострадавшего горизонтально на пол, немного приподняв ноги

Расстегнуть воротник, развязать шарф

Открыть окна в классе, обеспечить доступ воздуха

Обтереть лицо мокрым холодным компрессом
Дать понюхать ватку, смоченную нашатырем

9. Ожог термический:

- смочить обожженное место спиртом или раствором соды;
- наложить марлю, смоченную в растворе марганцовокислого калия;
- забинтовать.

10. Ожог щелочами:

- обильно смочить обожженное место нейтрализующим раствором соляной или лимонной кислоты;
- смазать борным вазелином;
- наложить марлю или вату;
- забинтовать.

11. Ожог кислотами:

- обильно смочить обожженное место раствором соды;
- наложить повязку, смоченную известковой эмульсией;
- покрыть ватой;
- забинтовать.

12. Действия при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути:

Главное правило — сразу оказывайте помощь. Без осмотра ротовой полости и попыток вытащить инородный предмет руками или пинцетом.

Метод «Буратино»:

Запомните! На попытку извлечения инородного тела из дыхательных путей таким способом можно затратить не более 10-15 секунд. Если инородное тело имеет вид пластины или монеты, то извлечь ее способом «Буратино» практически невозможно — «эффект копилки». Монету легко в нее опустить, а вот вытрясти монету из копилки невозможно.

1. Положить пострадавшего на свое колено (лучше использовать спинку стула, когда голова упирается в сиденье, а живот в его спинку)

2. Похлопать 3-4 раза ладонью по спине

Метод Геймлиха:

- Встать сзади пострадавшего
- Обхватить его руками так, чтобы руки, сложенные в замок, оказались между реберной дугой и пупком пострадавшего
- Отстранить его от себя и с силой ударить спиной о свою грудь, а сложенными в замок кистями — в надчревную область.

Инструкция составлена учителем начальных классов Распопиной Е.В.

Распопина Е.В.