

УТВЕРЖДАЮ
Директор КГКОУ ДОД ХКДЮСАШ

«*В.П. Саржевский*»
2012 г.

ИНСТРУКЦИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА № 5 ПЕРВАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ ПРИ НЕСЧАСТНЫХ СЛУЧАЯХ

Первая помощь – это временная мера, осуществляемая для того, чтобы спасти жизнь, предотвратить дополнительные травмы и облегчить страдания до оказания квалифицированной медицинской помощи специалистами.

ОБЩИЕ ПРАВИЛА

Вызовите «Скорую помощь».

- Убедитесь в том, что ни пострадавшему, ни вам не угрожает опасность.
- По возможности, оставьте потерпевшего лежать там, где он находится, пока его не осмотрят. Если придется его перемещать, делайте это с особой осторожностью.
- Если у потерпевшего рвота, положите его набок, чтобы не задохнуться.
- Если пострадавший не дышит, сделайте ему искусственное дыхание.
- Накройте потерпевшего, чтобы он не замерз, защитите его от дождя и снега.
- Привяжите и зафиксируйте травмированный орган.
- Выберите наиболее подходящий способ транспортировки.

ПРИ ПОТЕРЕ СОЗНАНИЯ

- Убедитесь в том, что пострадавший потерял сознание.
- Если он без сознания, убедитесь в том, дышит ли он.
- Если он не дышит, освободите ему носоглотку. Вытяните вперед его нижнюю челюсть. Наклоните ему голову назад так, чтобы подбородок был выше носа. Вытяните его язык вперед, чтобы он не закрыл собой носоглотку.
- Если пострадавший не начал дышать, применяйте искусственное дыхание.

ПРИ КРОВОТЕЧЕНИИ

- Положите потерпевшего так, чтобы рана была выше уровня сердца, если рана на голове или шее, приподнимите голову и плечи.
- Почти любое кровотечение можно остановить, приложив свернутую в несколько слоев чистую ткань. Наложите повязку на рану и затяните ее крепче.
- Если кровотечение продолжается, надо прижать артерию к кости выше раны: на руке – посредине между локтем и подмышкой, на ноге - в складке между торсом и бедром.

Остановка артериального кровотечения (самого опасного) наложением жгута:

- 1) сделайте жгут из куска ткани шириной не менее 5 см (не используйте веревку, нейлон, женский чулок, провод);
- 2) поместите жгут на поврежденную часть конечности непосредственно над раной так, чтобы он не сползал при затягивании ;
- 3) оберните ткань дважды вокруг поверхности и наложите один конец ткани на другой, а затем пропустите один под другой;
- 4) возьмите короткую крепкую палку, положите ее поперек полуузла на ткани и

завяжите оба конца поверх палки на узел;

5) поверните палку так, чтобы жгут затянулся. Поворачивайте его, пока кровотечение не прекратится;

6) привяжите кусок ткани вокруг палки и закрепите ее вокруг конечности так, чтобы жгут был хорошо зафиксирован.

Под жгут подкладывают записку с указанием даты, часа и минут его наложения. **Жгут можно применять в течение 1,5-2 ч.** Иначе произойдет отмирание конечности. За это время пострадавший должен быть доставлен в лечебное учреждение.

ПРИ ПРОНИКАЮЩЕМ РАНЕНИИ ГРУДНОЙ КЛЕТКИ

- Если пуля или острый предмет пробил грудную клетку, слышится свистящий звук при входе и выходе, чтобы не наступил коллапс легких, отверстие необходимо закрыть. Это можно сделать рукой, полиэтиленовым пакетом, лейкопластырем или чистой тканью, сложенной в несколько слоев.

- Независимо от того, находится ли пострадавший в сознании или нет, его кладут на бок травмированной стороной вниз.

ПРИ РАНЕНИИ БРЮШНОЙ ПОЛОСТИ

Наложите на рану чистую тканевую повязку, если кишечник или другие внутренние органы вывалились наружу, не пытайтесь вернуть их на место.

Придайте пострадавшему наиболее удобное положение. Под согнутые в коленях ноги подложите свернутое одеяло, это снизит давление на стенку брюшной полости.

Не давайте пострадавшему пить, даже если он требует воды. Нельзя также есть или курить.

ПРИ ПОРАЖЕНИИ ЭЛЕКТРИЧЕСКИМ ТОКОМ

- Отключите электрический ток (работайте с электричеством только сухими руками; никогда не пользуйтесь электроприборами на мокром полу, скамейке или столе).

- Если невозможно отключить ток, уберите контактный провод от пострадавшего безопасным предметом (он должен быть из материала, не проводящего или плохо проводящего электрический ток). Палка, сложенная газета, обувь на резиновой подошве, кеды, одежда - все эти предметы можно использовать, если они сухие.

• Никогда не прикасайтесь к потерпевшему, пока вы не отключили ток или не убрали провод.

- Посмотрите, дышит ли пострадавший. Убедитесь в том, что дыхательные пути свободны. При необходимости применяйте искусственное дыхание.

- Если потерпевший находится без сознания, но дышит, придайте ему безопасное положение.

ПРИ ОЖОГАХ

- Ожоги можно только орошать холодной чистой водой. Дайте ей течь минут десять, пока боль не ослабнет.

- Никогда не прорывайте волдырь, образовавшийся над обожженным участком кожи.

- Никогда не отрывайте одежду, прилипшую к ожогу.

- Наложить стерильную повязку на пораженный участок тела.

- На обожженные глаза сделать примочки раствора борной кислоты (на 1 стакан воды - половина чайной ложки борной кислоты).

- Завернуть пострадавшего в чистую простыню, укутать потеплее, дать выпить 2 таблетки анальгина, создать покой.

- Если ожог, покрытый волдырями, занимает площадь, большую, чем ладонь, доставьте потерпевшего в медпункт или вызовите "Скорую помощь".

Дайте пострадавшему обильное питье: чай с сахаром, фруктовый сок, воду с разбавленной в ней солью (2 чайные ложки на 1 л).

- Никогда не давайте пить человеку, потерявшему сознание.

ПРИ ОТМОРОЖЕНИИ

- Пострадавшего вносят в теплое помещение, протирают пораженные участки спиртом (водкой) и растирают чистыми руками до покраснения кожи.

- При отморожении значительного большего участка конечностей делают теплую ванну из слабого (бледно-розового) раствора марганцово-кислого калия температурой 32- 36°C или прикладывают нагретые предметы.

- В случае общего отморожения проводят возможно быстрое отогревание пострадавшего (вносят в помещение с температурой 20-22 °С) и дают горячий чай, кофе, водку.

ПРИ ПИЩЕВЫХ ОТРАВЛЕНИЯХ

- Промывание желудка в домашних условиях: пострадавшему дают пить большое количество воды (1-2 л) и вызывают искусственную рвоту -глубоко закладывая в рот пальцы, надавить на корень языка. Затем процедуру повторяют. Всего для промывания желудка требуется 10-12 л воды.

- Последние порции промывных вод должны быть прозрачными и не содержать остатков пищи.

ПРИ ОБМОРОКЕ

- Пострадавшего укладывают на кушетку (голова ниже ног) и дают нюхать нашатырный спирт.

ПРИ СОЛНЕЧНОМ И ТЕПЛОВОМ УДАРАХ

- Пострадавшего укладывают в тень и охлаждают - прикладывают холод к голове и на область сердца, обтирают кожу мокрым полотенцем.

- При жалобах на боли в сердце дают под язык валидол или нитроглицерин.

ПОМОЩЬ ПРИ ОТРАВЛЕНИИ УГАРНЫМ ГАЗОМ

Угарный газ (оксидуглерода — CO) - продукт неполного сгорания органических веществ. Высокотоксичный газ, без цвета, иногда имеющий запах гари. Приводит организм к острому кислородному голоданию.

Отравление может произойти на пожаре, при работе бензиновых двигателей, сгорании природного газа и т. д. Обычно смерть наступает в результате отравления CO в закрытых помещениях с неудовлетворительной вентиляцией.

Отравление в зависимости от концентрации CO в воздухе, длительности его воздействия и состояния человека может быть постепенным или мгновенным.

Возможна внезапная потеря сознания, в т. ч. и за рулем.

Признаки отравления

а) при легкой степени:

- появление ощущения тяжести и пульсаций в голове;
- боль в височной области и лба ("сжатие обручем");
- потемнение и мелькание "мушек" в глазах, шум в ушах;

б) при более тяжелой степени:

- головокружение, поверхностное дыхание, учащение пульса, расширение зрачков, нарастающая мышечная слабость;
- сонливость, путаное сознание, затем потеря сознания;
- непроизвольное опорожнение мочевого пузыря и кишечника;
- появление на лице розовых пятен или синюшности.

При отсутствии помощи, поверхностном дыхании, сердечной аритмии, глухом сердцебиении возможны судороги и смерть пострадавшего из-за острого кислородного голодания.

Первая помощь

- Вынести на свежий воздух и положить на спину.
- Расстегнуть одежду и открыть грудную клетку.
- Охладить лицо и грудь холодной водой, снегом, льдом.
- Обвязать тряпкой, смоченной холодной водой, голову.

Если пострадавший не приходит в себя:

- заставить его чихать, вызвав раздражение в носу;
- растирать грудь пострадавшего варежкой, шарфом, другим предметом до появления дыхания;
- сделать искусственное дыхание;
- доставить пострадавшего в лечебное учреждение или вызвать врача.