

**ОТМОРОЖЕНИЯ**

# Отморожение



Потеря чувствительности  
обмороженных участков тела



Ощущение покалывания или  
пощипывания, покраснение кожи

----- - изменения

тканей под влиянием

низких температур



## СОВЕТ МЧС

ПРИ ЛЕГКОМ ОБМОРОЖЕНИИ СОГРЕЙТЕ  
ОХЛАЖДЕННЫЕ УЧАСТКИ ТЕЛА ДО ПОКРАСНЕНИЯ  
ТЕПЛЫМИ РУКАМИ, ЛЁГКИМ МАССАЖЕМ,  
РАСТИРАНИЯМИ ШЕРСТЯНОЙ ТКАНЬЮ, ДЫХАНИЕМ.  
ПРИ ПРИЗНАКАХ ГЛУБОКОГО ОБМОРОЖЕНИЯ  
БЫСТРОЕ СОГРЕВАНИЕ, МАССАЖ ИЛИ РАСТИРАНИЕ  
ДЕЛАТЬ НЕ СЛЕДУЕТ. ОБРАТИТЕСЬ К ВРАЧУ.

1 степень – легкое  
побледнение,  
покалывание,  
потеря  
чувствительности.

Можно аккуратно растереть  
спиртом, ладонью  
Горячий чай с сахаром



2 степень -  
пузыри  
с плазмой, боль,  
нарушение  
функций



2-я степень: появление волдырей



## СОВЕТ МЧС

ЕСЛИ ВЫ ПОЛУЧИЛИ ЛЕГКОЕ ОБМОРОЖЕНИЕ, НЕ РАСТИРАЙТЕ ПОРАЖЕННЫЙ УЧАСТОК. НАЛОЖИТЕ СУХУЮ ПОВЯЗКУ НА ПОВРЕЖДЁННУЮ КОЖУ, ЭТО УМЕНЬШИТ СКОРОСТЬ ОТОГРЕВАНИЯ. ПЕЙТЕ МНОГО ТЁПЛОЙ И СЛАДКОЙ ЖИДКОСТИ.

# НЕОТЛОЖНАЯ ПОМОЩЬ

## 1. Убрать воздействие

**1.** Срочно уйдите в тепло (на холоде растирание пораженного участка опасно), снимите холодную одежду.



# НЕОТЛОЖНАЯ ПОМОЩЬ

## 2. Теплоизолирующая повязка

**2.** На пораженный участок тела наложите теплоизолирующую повязку.

Например: слой марли, толстый слой ваты, снова слой марли, клеенка или прорезиненная ткань.

Обернуть всю повязку в шерстяную ткань.



The diagram illustrates the construction of a thermal insulation bandage. It shows a cross-section of the bandage with the following layers from top to bottom: a layer of marle (gauze), a thick layer of wata (cotton wool), another layer of marle, a kleenka (plastic or rubberized fabric), and a shershtyanaya tkan' (wool fabric). A red stick figure is shown applying the bandage to a person's arm, with a circular callout showing the detailed layer structure.

неж

# НЕОТЛОЖНАЯ ПОМОЩЬ

3. Горячий  
сладкий чай  
шпа, анальг

4. Завернуться в теплое  
сухое одеяло.  
Выпить теплый и сладкий  
чай.



# НЕОТЛОЖНАЯ ПОМОЩЬ

**4. После восстановления**

**чувствительности:**

**прохладная вода (16-18)**

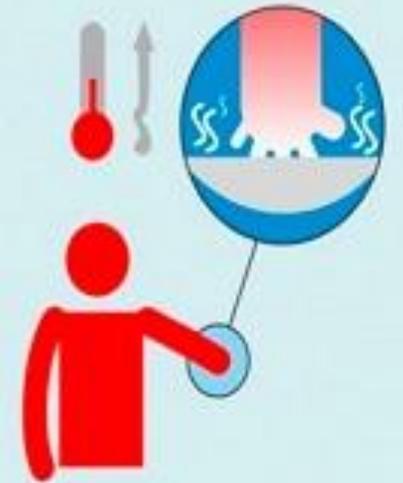
**и постепенно доводить**

**воду до 36;**

**осушить; компресс с**

**мазью Вишневского**

**3.** Пораженный участок тела можно согреть в ванне, постепенно повышая температуру воды с 20 до 40 градусов и в течении 40 минут нежно массируйте пораженный участок.



2018 Г. АСТАНА



# 3 степень –

некрозы

кожи и мягких

тканей, почернение,

пузыри с кровью.

Срочная врачебная

помощь



3-я степень: омертвление кожи  
и подкожной клетчатки

# 4 степень - Некрозы до кости



4-я степень: омертвление кожи,  
мягких тканей и костей



# Ампутаци я

# ЗАПРЕЩЕНО

1. Растирать снегом
2. Быстро отогревать
3. Употреблять алкоголь
4. Растирать ушные раковины и нос



**1. Растирать обмороженный участок тела снегом** (это может вызвать появление микрорассадин, через которые возможно проникновение инфекции).



**2. Быстро отогревать пораженный участок у костра или в горячей воде** (это способствует тромбообразованию в сосудах, углубляя процессы разрушения пораженного участка).



**3. Употреблять алкоголь** (он расширяет сосуды и дает лишь ощущение тепла, но на самом деле не согревает).





Растирать обмороженные части тела. Помещать их в горячую воду.



Согревать обмороженные части тела постепенно.

# ОБЩЕЕ ЗАМЕРЗАНИЕ

**Длительное  
пробывании в воде,  
на холоде;  
истощение;  
одежда не по  
сезону;  
алкогольное  
опьянение**



**Безопасность – это...**



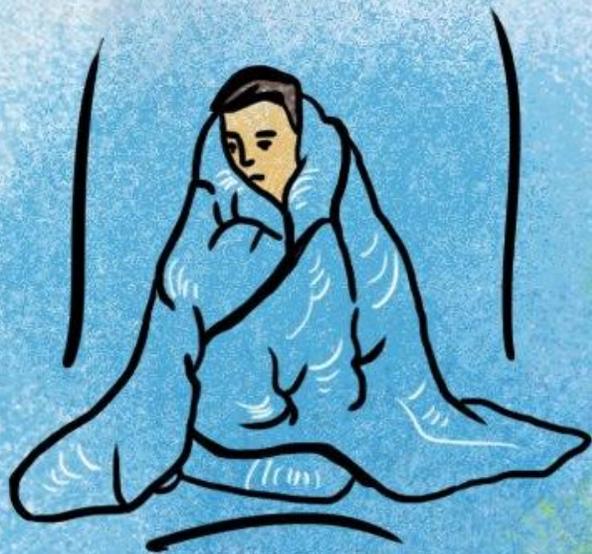
**...одеваться теплее зимой.**

© 2016 МЧС РОССИИ

**23**



# ЧТО ДЕЛАТЬ ПРИ ПЕРЕОХЛАЖДЕНИИ?



**1**

Занесите пострадавшего в теплое помещение.

**2**

Переоденьте в сухую одежду, укутайте обмороженные участки тела в несколько слоев, согрейте под теплым одеялом.

**3**

Дайте обильное горячее питье. Накормите горячей пищей.

# СТАДИИ ЗАМЕРЗАНИЯ

1 стадия – возбуждения

# НЕОТЛОЖНАЯ ПОМОЩЬ

1. Раздеть
2. Поместить в ванну 36
3. Повышать температуру воды до 40 (за 15 минут)
4. Одеть в сухое теплое белье
5. Горячее питье
6. Проверять состояние



Дайте человеку  
теплое питье  
(бульон, какао, чай)



Восстанавливаться  
в теплой (но не горячей)  
\* ванне около 20 минут

# НЕОТЛОЖНАЯ ПОМОЩЬ

**Если нет ванны:  
общий теплый  
компресс**



# СТАДІИ ЗАМЕРЗАНИЯ

2 стадия – угнетения

# СТАДІИ ЗАМЕРЗАНИЯ

3 стадия – паралича

## НЕОТЛОЖНАЯ ПОМОЩЬ

1. Ванна 39-40
2. Приподнять конечности над водой
3. Забинтовать конечности 10-15 оборотов
4. СДР
5. НЕ растирать



Согревание от «центра» к «периферии»

## ПЕРЕОХЛАЖДЕНИЕ

### КАК ОПРЕДЕЛИТЬ

Пострадавший бледен, холоден на ощупь. Он может не испытывать дрожи, но частота дыхания замедлена, а температура тела ниже 35 градусов по Цельсию.

### ЧТО ДЕЛАТЬ?

1. Вызовите скорую.
2. Переместите пострадавшего в теплое помещение, укутайте одеялом.
3. Дайте ему горячий напиток, но не содержащий кофеина или алкоголя. Предложите высококалорийную пищу.

#### Важно!

Если есть признаки обморожения — потеря чувствительности, побеление кожи, покалывание, — нельзя растирать пораженные участки снегом, маслом или вазелином. Это может травмировать кожный покров. Просто укутайте эти участки в несколько слоев.

**В норме у человека частота сердечных сокращений 60-80 в минуту, частота дыхания 12-14 в**

# ПРОФИЛАКТИКА ОБМОРОЖЕНИЯ



ОДЕЖДУ И ОБУВЬ НАДЕВАЙТЕ ПО ПОГОДЕ:

- ❄️ теплую и сухую,
- ❄️ из натуральных материалов, желательно из шерсти и кожи,
- ❄️ несколько легких слоев одежды вместо одного плотного,
- ❄️ непродуваемую,
- ❄️ согревающую голову, уши, пальцы рук и ног (шапка с опускающимися "ушами", капюшон, шарф, варежки или теплые перчатки, шерстяные носки, валенки),
- ❄️ обувь - со стельками.



Откажитесь от пребывания на холоде в нетрезвом состоянии.



Перед выходом смажьте кожу лица и рук\*.



На морозе старайтесь оставаться сухим.



Периодически проверяйте, не белеют ли открытые части лица и головы, массируйте нос и щеки.



Если начали замерзать, согрейтесь в помещении, у огня или горячим напитком.



Если планируете быть на морозе долго, возьмите с собой горячее питание и напитки, а также препараты для оказания первой помощи.

*\*кожу слегка смазывают растопленным на водяной бане гусиным или свиным жиром или втирают смесь касторового, камфорного и подсолнечного масла.*

## ЗАТО КРАСИВО



## Помни!

Хоть Белый Хлад уже и пал...

ШЕХА СВОИ СНИМАТЬ НЕ СМЕЙ!

Без шапки можешь получить  
ОБМОРОЖЕНИЕ УШЕЙ!





# 6 СОВЕТОВ КАК ВЕСТИ СЕБЯ ВО ВРЕМЯ КУПАНИЯ



После солнечной ванны  
не бросайтесь сразу в воду.



Выпили алкоголь -  
в воду не заходите.



Не подплывайте  
к водоворотам.



Для комфортного купания  
температура воды должна  
быть не ниже 18°. Первый  
заход в воду должен  
длиться не более 5 минут.



Для купания выбирайте  
специально подготовленные  
места - оборудованные пляжи  
и берега водоемов.



Не ныряйте в воду,  
если не знаете глубину  
и состояние дна.

**Безопасность – это...**



**...не купаться в нетрезвом виде.**

© 2017 МЧС РОССИИ

**53**



---

## ФАКТ МЧС

---

БОЛЬШИНСТВО ТОНУЩИХ  
ЛЮДЕЙ НА ВОДЕ НАХОДИЛИСЬ  
В СОСТОЯНИИ АЛКОГОЛЬНОГО  
ОПЬЯНЕНИЯ

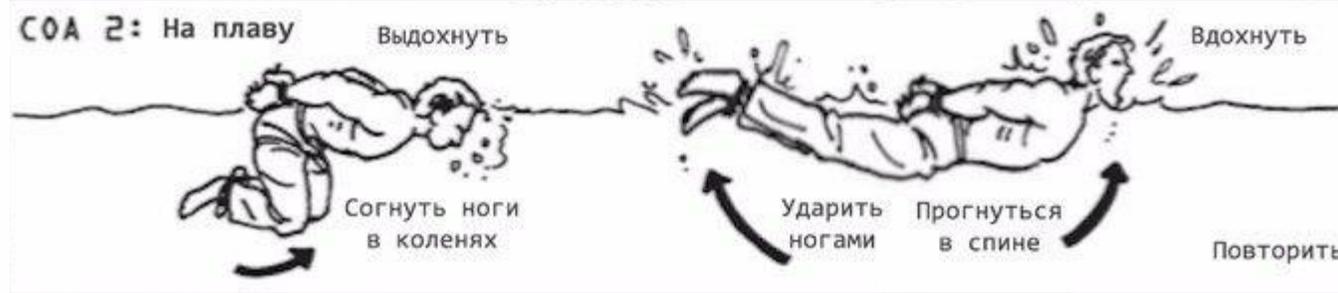
# No. 088: Пережить попытку утопления

CONOP: Предотвратить утопление, будучи связанным на большой глубине

COA 1: Отскок от дна



COA 2: На плаву



COA 3: Перемещение



COA 4: Переворот



**Безопасность – это...**



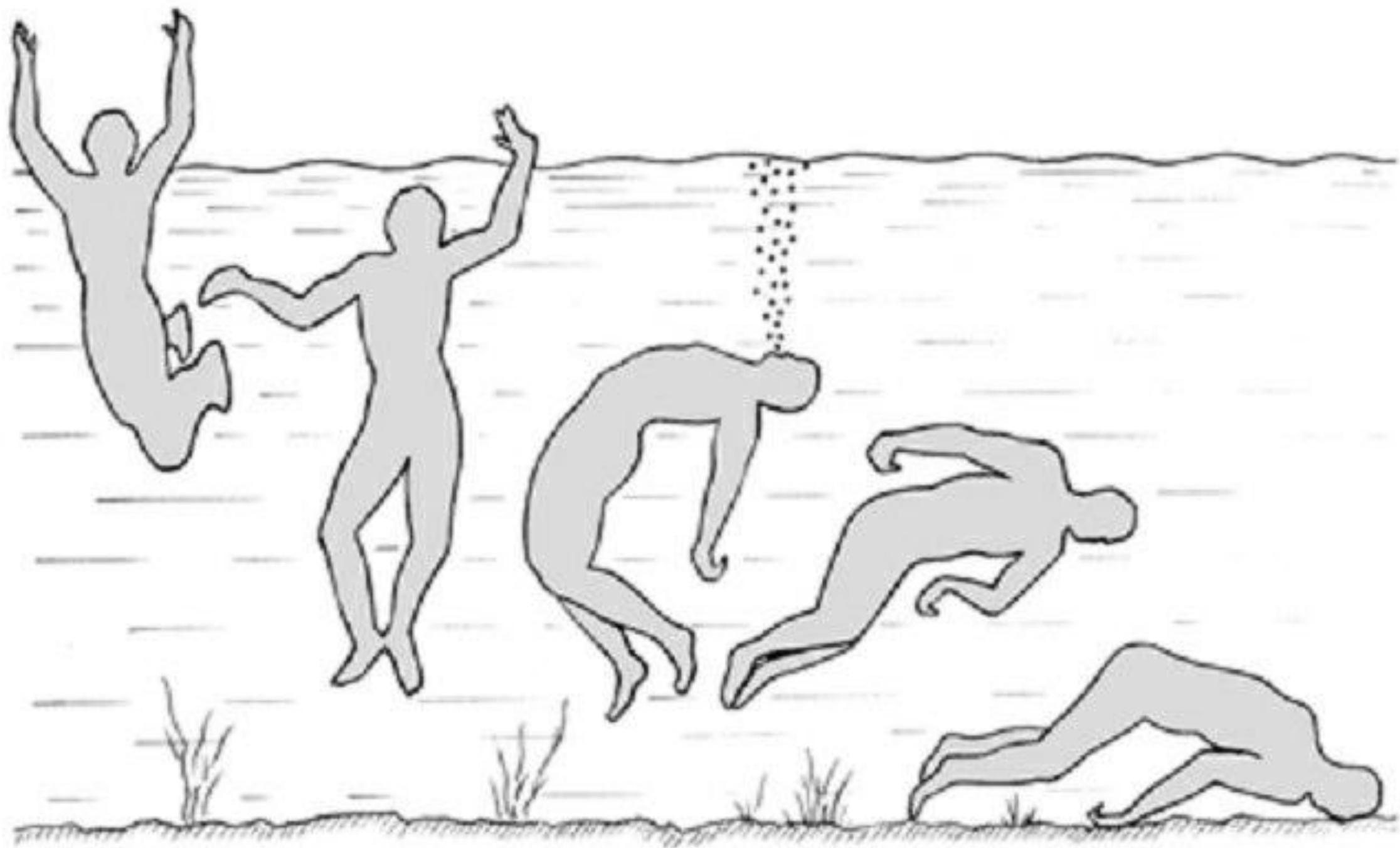
**...купаться только в разрешённых местах.**

© МЧС РОССИИ

# Признаки тонущего человека: УТОПЛЕНИЕ

1. Голова погружена в воду, рот у самой поверхности
2. Голова откинута назад, рот открыт
3. Стеклянные, пустые глаза не фокусируются
4. Глаза закрыты
5. Волосы закрывают лоб и глаза
6. Не совершает движений ногами
7. Дышит часто и поверхностно ртом
8. Пытается плыть в определенном направлении
9. Пытается перевернуться на спину
10. Может показаться, что карабкается по

веревочной лестнице



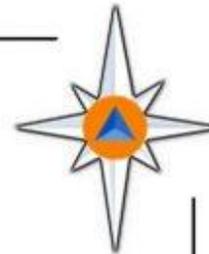
# 3 МЕХАНИЗМА УТОПЛЕНИЯ

1. Истинное

2. Асфиксическое

3. Синкопальное

**Безопасность это...**



**...когда не заплываешь за буйки.**

© 2016 МЧС РОССИИ

**1**

## **НЕОТЛОЖНАЯ ПОМОЩЬ**

**Вытаскивать из воды со стороны**

**спины за подмышки/волосы**

**Освободиться от захвата путем**

**погружения в воду**



---

## ФАКТ МЧС

---

МИНИМАЛЬНАЯ ТОЛЩИНА ЛЬДА  
ДЛЯ ПЕШЕГО ПЕРЕХОДА  
СОСТАВЛЯЕТ **12-15** САНТИМЕТРОВ



## НЕОТЛОЖНАЯ ПОМОЩЬ:

1. Извлечь из воды
2. Уложить на спину
3. Удалить изо рта ил, грязь
4. Сердечно-легочная реанимация
5. Напоить горячим чаем, согреть
6. Госпитализация



Один бокал  
может  
изменить все



Canadian Safe Boating Council  
Conseil canadien de la sécurité nautique

**ONE DRINK CAN  
CHANGE EVERYTHING**



*Don't drink and boat.*



---

## ФАКТ МЧС

---

**80%** НЕСЧАСТНЫХ  
СЛУЧАЕВ НА ВОДЕ  
ПРОИСХОДЯТ В МЕСТАХ,  
НЕ ПРЕДНАЗНАЧЕННЫХ  
ДЛЯ КУПАНИЯ

# КАКИМ ДОЛЖЕН БЫТЬ БЕЗОПАСНЫЙ ПЛЯЖ

ЗОНА КУПАНИЯ, ОБОЗНАЧЕННАЯ БУЯМИ

МЕДИЦИНСКИЙ ПУНКТ

ОБЩЕСТВЕННЫЙ ТУАЛЕТ

ЗОНА ДЛЯ ДЕТСКОГО КУПАНИЯ

СПАСАТЕЛЬНЫЙ ПУНКТ

ИСТОЧНИК ПИТЬЕВОЙ ВОДЫ

БЕЗОПАСНЫЙ ПОДХОД К ВОДЕ

ТЕНЕВЫЕ ЗАВЕСЫ





## **ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ НА ПЛЯЖЕ**

- **ИЗБЕГАЙТЕ ОТКРЫТОГО СОЛНЦА С 12 ДО 15:30, И ПОЛЬЗУЙТЕСЬ СОЛНЦЕЗАЩИТНЫМИ КРЕМАМИ С SPF 30-50**
- **ВЫДЕЛИТЕ РЕБЕНКА ЯРКОЙ ОДЕЖДой, ЧТОБЫ НЕ ПОТЕРЯТЬ ИЗ ВИДУ**
- **НАДУВНОЕ СРЕДСТВО ДЛЯ ПЛАВАНИЯ, ВЫБИРАЙТЕ ТО, КОТОРОЕ СОСТОИТ ИЗ НЕСКОЛЬКИХ НЕЗАВИСИМЫХ ОТСЕКОВ**

# УДУШЕНИЕ

- сдавление трахеи,  
крупных нервных  
стволов, крупных  
артерий

## 4 ФАЗЫ УДУШЕНИЯ

1. **Возбуждение**
2. **Урежение дыхания, одышка, брадикардия, понижение А/Д**
3. **Временное прекращение деятельности дыхательного центра, угасание рефлексов, потеря сознания**
4. **Редкие судорожные вдохи, судороги, опорожнение кишечника**

НЕОТЛОЖНАЯ ПОМОЩЬ

Искусственная

вентиляция легких

Непрямой массаж

сердца

## **ЗАДАНИЕ НА ПОНИМАНИЕ**

**Во время лыжной прогулки у товарища на щеке появилось белое пятно. Прикосновение пальцев он не ощущает.**

## ЗАДАНИЕ НА ПОНИМАНИЕ

На улице лежит человек без сознания.  $t$   
воздуха =  $-20$ , ветер.

Объективно: Пострадавший заторможен.

Движения скованные. Резкая бледность кожи  
кистей, капиллярный пульс не определяется,  
пальцы покрыты коркой льда.