

Оказание первой помощи при травмах.



**МБОУ БОГОРОДСКАЯ ГИМНАЗИЯ
ГОРОДА НОГИНСКА
УЧИТЕЛЬ ОБЖ
ФИНЯК ЕЛЕНА БОРИСОВНА**

Первая помощь — это набор простейших и срочных действий, направленных на временное устранение причин, угрожающих здоровью и жизни пострадавшего (внезапно заболевшего), и предупреждение развития тяжёлых осложнений.

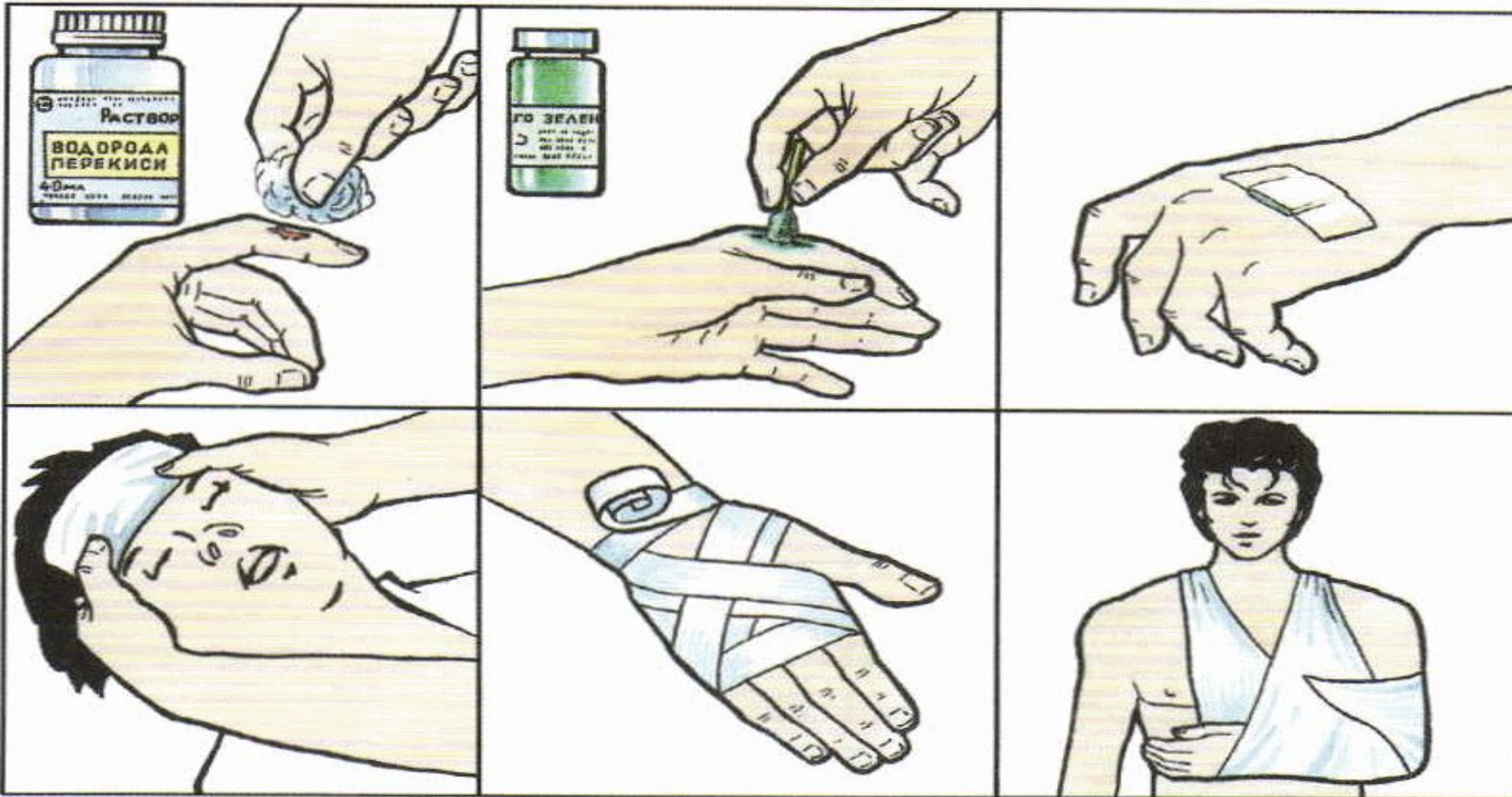
Ссадина — это нарушение целостности поверхностных слоёв кожи, сопровождающееся точечным кровотечением.

Ссадины наиболее часто возникают в походах. В большинстве случаев ссадины бывают небольшими и быстро заживают.



Первая помощь при ссадинах:

Первая помощь при ссадине



Первая помощь при ссадинах:

промыть ссадину перекисью водорода

или водой с мылом;

смазать рану раствором

бриллиантовой зелени (зелёнкой);

наложить стерильную повязку, или

приложить лист подорожника, или

наклеить бактерицидный пластырь.

Потёртость — это повреждение верхнего слоя кожи, которое возникает под влиянием трения **КОЖИ.**

Основной причиной возникновения потёртости в туристических походах является плохо подогаданная обувь или нижнее бельё (трусы, плавки).



Первая помощь при потёртостях:

**промыть поверхность потёртости
перекисью водорода;
смазать зелёнкой или детским
кремом;
наклеить бактерицидный
лейкопластырь.**

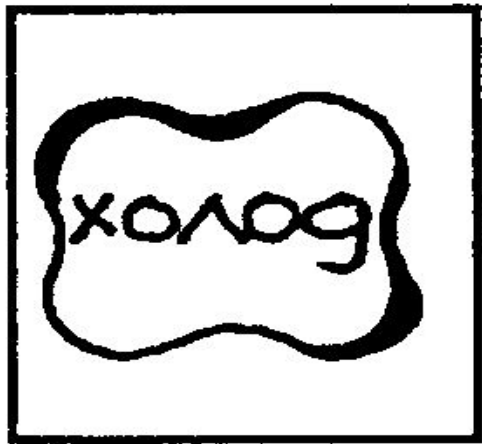
Ушиб — это механическое повреждение мягких тканей тела человека. Ушиб возникает от удара тупым предметом и сопровождается кровоизлиянием в глуболежащие ткани, в результате чего образуется синяк. Для уменьшения кровоизлияния и боли к ушибленному месту прикладывают холод. Делают также холодные примочки, которые меняют через 1—2 мин.

Если на коже из-за ушиба есть **ссадины**, то ушибленное место не следует мочить. Его надо сначала перевязать стерильной повязкой, после этого положить сверху пузырь (целлофановый пакет) с холодной водой.

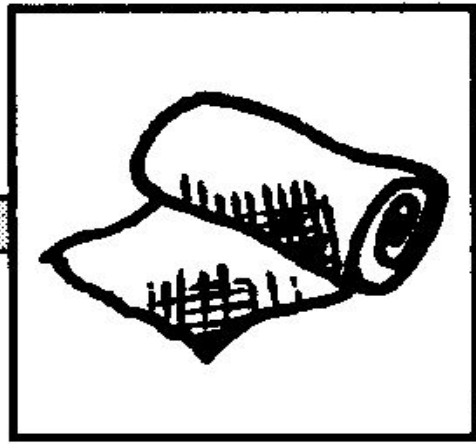
После примочек на ушибленную часть тела накладывают давящую повязку. Руку подвешивают на перевязь, а ноге придают горизонтальное положение — обеспечивают пострадавшей части тела полный покой.

При незначительных **ушибах** хорошо помогает смазывание повреждённого места бутадионовой мазью. Такое смазывание уменьшает боль от ушиба и способствует рассасыванию кровоподтёка.

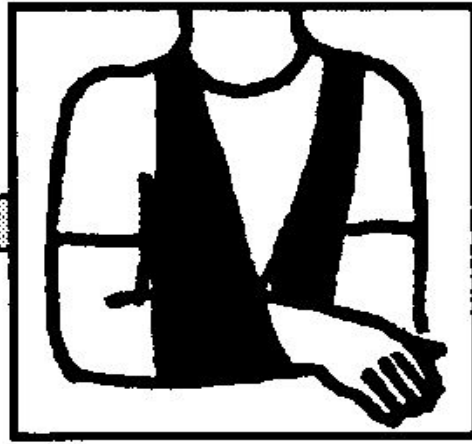
Оказание первой медицинской помощи при ушибах



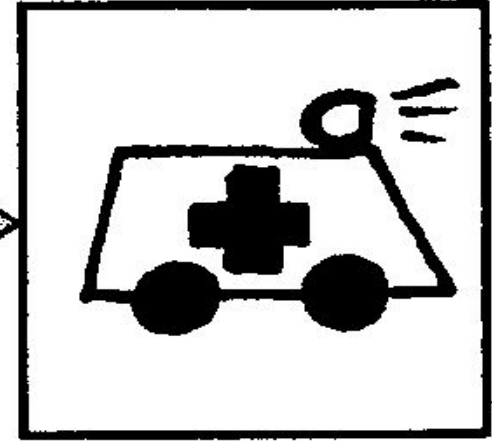
Наложить холод на место ушиба



Наложить на место ушиба тугую повязку



Обеспечить покой поврежденной конечности



Доставить пострадавшего в медицинское учреждение

Вывих — это смещение кости по отношению к её нормальному положению в суставе. Вывихи обычно происходят при сильном воздействии на сустав, когда головка кости выходит за пределы своего нормального положения. Так, вывих бедра возможен при падении на согнутую ногу, вывих плеча — при падении на вытянутую руку.

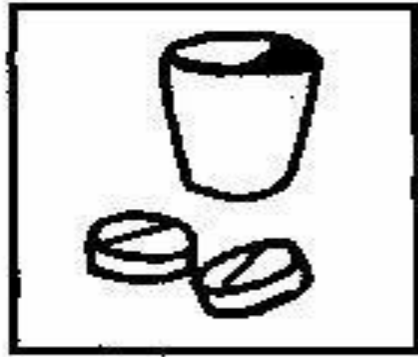
Признаки вывиха: боль в конечности, отёк, смещение оси и изменение длины конечности, её вынужденное положение (отсутствие подвижности)

Первая помощь при вывихах:

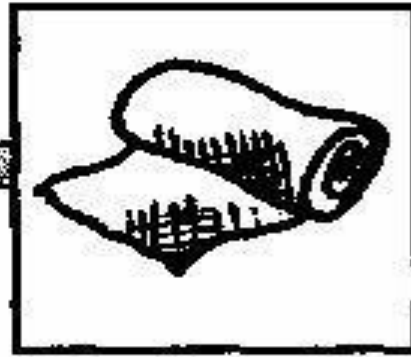
зафиксировать конечность в том положении, которое она приняла (на руку наложить бинтовую повязку, на ногу — шину); положить холод (пузырь, целлофановый пакет с холодной водой) на область повреждённого сустава для уменьшения болей, отёка и кровоподтёка. Во время оказания первой помощи вывих не следует вправлять. Это сделают в больнице после рентгенологического обследования.

ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ ПРИ ВЫВИХАХ:

Оказание первой медицинской помощи при вывихах



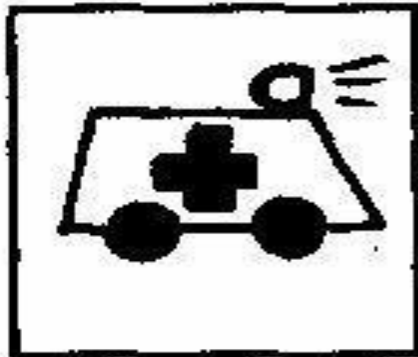
Дать пострадавшему
обезболивающее средство



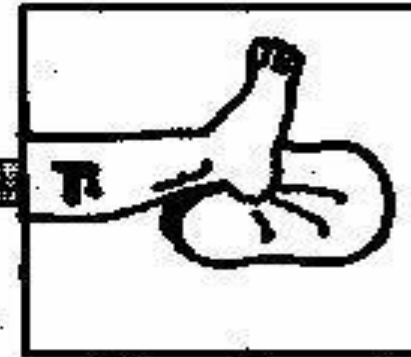
Наложить
тугую повязку



Наложить
ХОЛОД



Доставить пострадавшего
в медицинское учреждение



Обеспечить покой
поврежденной конечности

Растяжения связок возникают, когда кость выходит за пределы обычной амплитуды движения или меняет направление движения в несвойственном ей направлении. Такие травмы чаще всего случаются с конечностями. Например, если человек оступился и подвернул ногу.

Признаки растяжения: боль при малейшем движении в суставе или мышце, невозможность выполнения обычных движений, появление припухлости.

Схема 8. Оказание первой медицинской помощи при растяжениях



Первая помощь при растяжениях:

наложить на повреждённую часть тела тугую повязку и обеспечить повреждённой руке или ноге неподвижность и покой.

Постараться не причинять пострадавшему дополнительной боли;

на повреждённое место положить целлофановый пакет с холодной водой для снижения боли;

придать повреждённой части тела (руке или ноге) приподнятое положение.

Если травма серьёзная и требует вмешательства врача, необходимо принять все возможные меры по доставке пострадавшего в населённый пункт, где ему смогут оказать врачебную помощь.

ПРОВЕРЬ СЕБЯ:

Как следует оказывать первую помощь при ссадинах и потёртостях?

Как следует оказывать первую помощь при ушибе, если на ушибленном месте есть ссадина?

Как следует оказывать первую помощь при растяжении?