

# Первая медицинская помощь при травмах на уроках физической культуры.

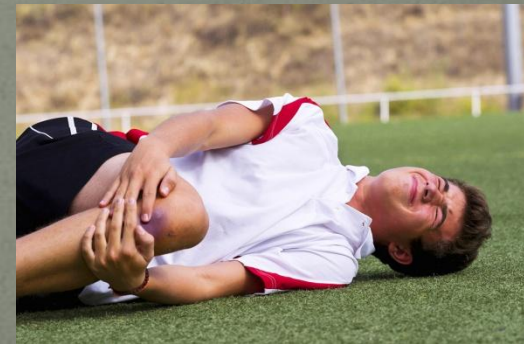
Познакомить учеников с видами травм , их признаками и алгоритмом действий при оказании первой медицинской помощи.

Выполнил: Просин Р. В. -учитель  
физкультуры .

ГБПОУ ОКГ Столица

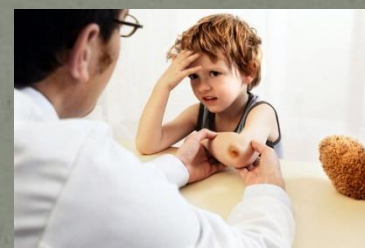
# Механические травмы на занятиях по физической культуре.

- Это травмы возникающие в результате воздействия на организм человека при столкновениях и ударов на занятиях спортивными играми , легкой атлетикой.



# Виды механических травм.

- Переломы , ушибы , растяжения , вывихи.



# УШИБ

- это закрытое повреждение без нарушения целостности кожи , под которой происходит повреждения мелких сосудов и излияния крови ( образуется гематома).
- - на место ушиба наложить холод.
- -затем наложить тугую повязку.
- -обеспечить покой поврежденной конечности.
- -доставить пострадавшего в больницу.

# Признаки ушиба

- -Боль.
- Покраснения.
- Припухлость.
- Местное повышения температуры.

# Растяжение.

- Растяжение связок возникает при резких и сильных движениях в местах , где мышцы прикрепляются к костям.
- Наложить холод на поврежденное место.
- Наложить тугую повязку.
- Обеспечить покой поврежденной конечности.
- Придать конечности возвышенное положение.
- Доставить в медицинское учреждение.

# Признаки растяжения и разрывов связок.

- Постоянная боль.
- Кровоизлияния в месте травмы.
- Резкое ограничение функции суставов.
- Боль при пальпации.
- При растяжении и разрыва связок конечность не деформируется.

# Перелом

- Это полное или частичное нарушение целостности кости , возникшем при внешним механическим воздействию.
- Произвести остановку кровотечения и обработку раны.
- Дать одну –две таблетки обезболивающего препарата.
- Сделать иммобилизацию.
- Транспортировка в травмпункт.



# Признаки перелома.

- Деформация (изменения формы конечности , укорочение или изменения ее оси.)
- Локальная (местная ) боль.
- Припухлость мягких тканей над переломом , кровоизлияние в них.
- При открытых переломах- рваная рана с видимыми отломками кости , или без них.
- Нарушения функции конечности.

# ВЫВИХ.

- Это смещение кости по отношению ее к нормальному положению в суставе.
- Наложить холод на поврежденное место.
- 1-2 таблетки обезболивающего препарата.
- Сделать иммобилизацию сустава.
- Доставить пострадавшего в травмпункт.

# Признаки вывиха.

- Западение в области сустава.
  - Боль.
  - Невозможность движения.
  - Пружинящая амортизация.
- БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!!!