

Утверждаю

Директор школы

Н.Н.Черепанова



## Инструкция 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**

1. Вызовите "Скорую помощь".
2. Убедитесь в том, что ни пострадавшему, ни вам не угрожает опасность.
3. По возможности, оставьте потерпевшего лежать там, где он находится, пока его не осмотрят. Если придется его перемещать, делайте это с особой осторожностью.
4. Если у потерпевшего рвота, положите его набок, чтобы не задохнулся.
5. Если пострадавший не дышит, сделайте ему искусственное дыхание.
6. Накройте потерпевшего, чтобы он не замерз, защитите его от дождя и снега.
7. Привяжите и зафиксируйте травмированный орган.
8. Выберите наиболее подходящий способ транспортировки.

### **ПОТЕРЯ 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 закрывал собой носоглотку.

- Если пострадавший не начал дышать, применяйте искусственное дыхание.

### **ОСТАНОВКА КРОВОТЕЧЕНИЯ**

- 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 покрепче.
  - Если кровотечение продолжается, надо прижать артерию к кости выше раны: на руке - посередине 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.