



ВЕСТНИК БАЛАКОВСКОГО МЕДИЦИНСКОГО КОЛЛЕДЖА



Умение оказать первую помощь... — — это как умение читать и писать

Умение оказать первую помощь — элементарный, но очень важный навык. В экстренной ситуации он может спасти чью-то жизнь.

Вестник БМК запускает цикл выпусков, посвященных оказанию первой помощи пострадавшим в экстренных ситуациях.

Первая помощь — это комплекс срочных мер, направленных на спасение жизни человека. Несчастный случай, резкий приступ заболевания, отравление — в этих и других чрезвычайных ситуациях необходима грамотная первая помощь.

Согласно закону, первая помощь не является медицинской — она оказывается до прибытия медиков или доставки пострадавшего в больницу.

Первую помощь может оказать любой человек, находящийся в критический момент рядом с пострадавшим.

Для некоторых категорий граждан оказание первой помощи — служебная обязанность. Речь идёт о полицейских, сотрудниках ГИБДД и МЧС, военнослужащих, пожарных.

Необходимо помнить **10 базовых навыков** оказания первой помощи при кровотечениях, переломах, отравлении, обморожении и в других экстренных случаях. Ошибки при оказании первой помощи подвергают жизнь пострадавшего серьёзной опасности.

Чтобы не растеряться и грамотно оказать первую помощь, важно соблюдать следующую последовательность действий:

1. Убедиться, что при оказании первой помощи вам ничего не угрожает и вы не подвергаете себя опасности.
2. Обеспечить безопасность пострадавшему и окружающим (например, извлечь пострадавшего из горящего автомобиля).
3. Проверить наличие у пострадавшего признаков жизни (пульс, дыхание) и сознания.

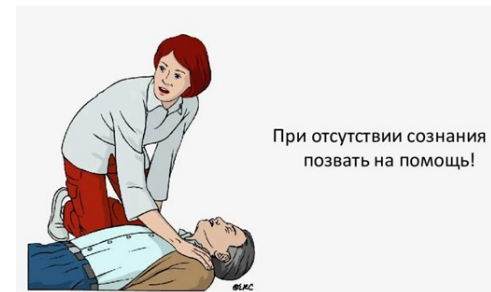


Для проверки дыхания

необходимо запрокинуть голову пострадавшего, наклониться к его рту и носу и попытаться услышать, почувствовать дыхание или увидеть движения грудной клетки в течение 10 секунд.

Для обнаружения пульса

необходимо приложить подушечки пальцев к сонной артерии пострадавшего.



Оценка дыхания

- посмотреть
- послушать
- почувствовать



Для оценки сознания необходимо (по возможности) взять пострадавшего за плечи, аккуратно встряхнуть и задать какой-либо вопрос.

4. Вызвать специалистов: 103 или 112 — с мобильного телефона, с городского — 03 (скорая)

5. Оказать первую помощь.

В зависимости от ситуации это может быть:

- восстановление проходимости дыхательных путей;
- сердечно-лёгочная реанимация;
- остановка кровотечения и другие мероприятия.

6. Обеспечить пострадавшему физический и психологический комфорт, дождаться прибытия специалистов.

Важным фактором является умение сохранить самообладание, продемонстрировать спокойствие и уверенность. Во-первых, это позволяет контролировать свои реакции и эмоции, а во-вторых, вызвать доверие пострадавшего и окружающих. Необходимо говорить спокойным и уверенным голосом, четкими короткими фразами, настраивая пострадавшего и окружающих на благоприятный исход ситуации.

Готовим медицинских работников по специальностям:

34.02.01 Сестринское дело

31.02.01 Лечебное дело

31.02.05 Стоматология
ортопедическая

Балаково, ул. Редкова, д. 52

Алгоритм проведения сердечно-легочной реанимации

При отсутствии у пострадавшего дыхания и пульса необходимо начать проведение непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции легких.

Техника непрямого массажа сердца

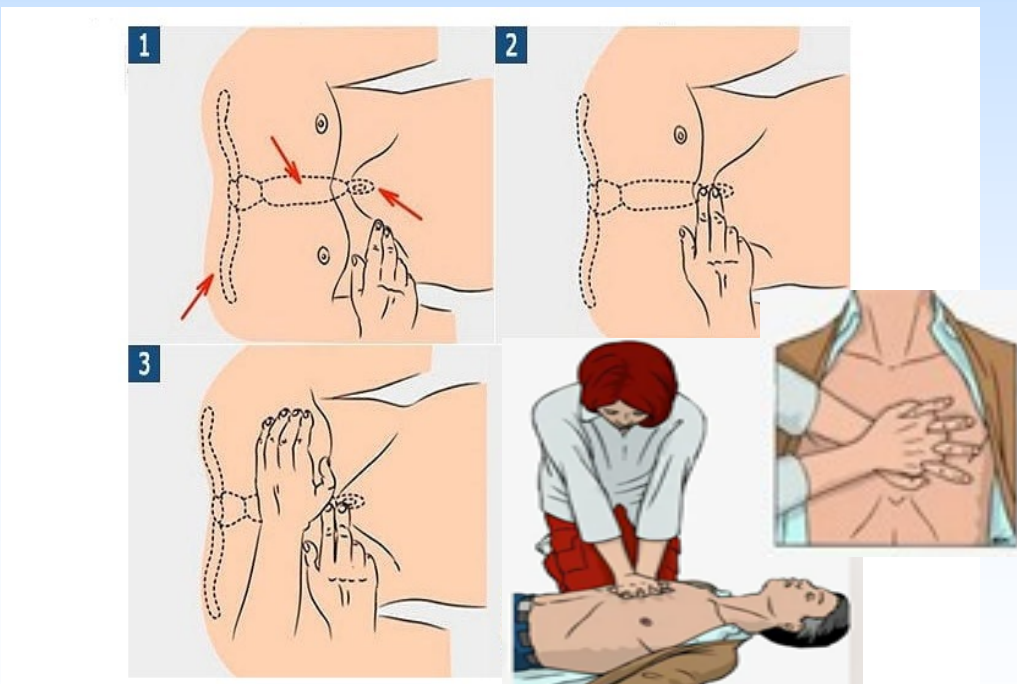
1. Уложите пострадавшего на плоскую твёрдую поверхность. На кровати и других мягких поверхностях проводить компрессию грудной клетки не имеет смысла.

2. Определите расположение у пострадавшего мечевидного отростка. Мечевидный отросток — это самая короткая и узкая часть грудины, её окончание.

3. Отмерьте 2–4 см вверх от мечевидного отростка — это точка компрессии.

4. Положите основание ладони на точку компрессии. При этом большой палец должен указывать либо на подбородок, либо на живот пострадавшего, в зависимости от местоположения лица, осуществляющего реанимацию. Поверх одной руки положите вторую ладонь, пальцы сложите в замок. Надавливания проводятся строго основанием ладони — ваши пальцы не должны соприкасаться с грудиной пострадавшего.

5. Осуществляйте ритмичные толчки грудной клетки сильно, плавно, строго вертикально, тяжестью верхней половины вашего тела, со скоростью 2 компрессии в секунду. Частота — 110–120 надавливаний в минуту. При этом грудная клетка должна прогибаться на 4–5 см.



Если одновременно с закрытым массажем сердца проводится ИВЛ, каждые два вдоха должны чередоваться с 30 надавливаниями на грудную клетку.

Техника искусственного дыхания рот в рот

1. Обеспечьте проходимость верхних дыхательных путей, запрокинув голову пострадавшего и выдвинув нижнюю челюсть.

2. Положите на рот пострадавшего салфетку, платок, кусок ткани или марли, чтобы защитить себя от инфекций.

3. Зажмите нос пострадавшего большим и указательным пальцем.

4. Вдохните, плотно прижмитесь губами ко рту пострадавшего. Сделайте выдох в лёгкие пострадавшего, чтобы поднялась грудная клетка. Когда она опустится, сделайте второй вдох.



Чередуйте компрессии и вдохи.

Через каждые 5–6 циклов проверяйте наличие дыхания и пульса.

Проводите сердечно-легочную реанимацию до появления признаков жизни или до приезда скорой медицинской помощи.



ЗНАЙТЕ! Помощь, оказанная на первой минуте увеличивает шанс на выживание пострадавшего до 97%, а уже на третьей — он равен 70%.

Промедление стоит жизни!

ПОМНИТЕ! Оказывать помощь пострадавшему в одиночку очень тяжело и морально и физически, поэтому при обнаружении пострадавшего в экстренной ситуации, обязательно зовите на помощь! Обращайтесь адресно, проговаривая отличительные особенности человека: желтая футболка, очки, борода и т.д.

Не отказывайте в помощи, если кто-то просит Вас о ней.

Ответственный за выпуск: Иванова Н.В.



Проводим профессиональное обучение по направлениям:
«Младшая медицинская сестра по уходу за больными», «Санитар», «Медицинский регистратор»,
«Медицинский дезинфектор», «Косметик-эстетист по уходу за лицом» и др.

Балаково, ул. Редкова, д. 52
Тел. 8-(8453)-35-82-53
balmk.ru