ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ

PROVIDING FIRST AID

Матвиенко И.В., преподаватель кафедры безопасности жизнедеятельности, Кубанский государственный технологический университет, г. Краснодар

Калинина Е. Н., преподаватель кафедры физического воспитании, Кубанский государственный университет, г. Краснодар

Сидлер М.О., студент, Кубанский государственный технологический университет, г. Краснодар

Matvienko.I.V. atemi-54@mail.ru

Kalinina E.N. kgvs71@mail.ru

Sidler M.O. mayymaryy@yandex.ru

Аннотация

В статье изучена важность и необходимость оказания первой медицинской помощи. Рассмотрены этапы оказания первой медицинской помощи, последовательность действий и озвучена важность каждого из них. Сделан акцент на важность владения знаниями оказания помощи каждым из нас.

Annotation

The article examines the importance and necessity of first aid. The stages of first aid, the sequence of actions are considered and the importance of each of them is voiced. Emphasis is placed on the importance of possessing the knowledge of helping each of us.

Ключевые слова: Первая медицинская помощь, Чрезвычайная ситуация, Жизнь и здоровье, Помощь.

Keywords: First aid, Emergency, Life and health, Help

Актуальность выбранной темы сегодня напрямую связано с разными сферами жизни, начиная от катастроф природного характера, заканчивая техногенными авариями.

В результате возникновения и развития любой чрезвычайной ситуации неизбежно появление жертв, потерпевших, пострадавших той или иной степени сложности и раненных, поэтому возникает вопрос об оказании первой медицинской помощи пострадавшим.

Первая медицинская помощь подразумевает под собой комплекс действий, направленных на восстановление и сохранение жизни и здоровья пострадавшего, как правило, это может быть взаимопомощь или самопомощь, если пострадавший обладает знаниями оказания первой помощи.

Характер оказания первой помощи зависит напрямую от состояния человека, от вида катастрофы и определяется непосредственно на месте действия или вблизи при использовании подручных средств.

Своевременно правильно оказанная первая медицинская помощь может спасти человека и предотвратить тяжелые последствия или летальный исход.

Существует несколько этапов оказания первой медицинской помощи, они должны выполняться последовательно, внимательно, дабы не упустить каждую важную деталь, от которой зависит жизнь человека.

Прежде чем начать оказывать первую помощь пострадавшему, спасатель должен проанализировать текущую ситуацию, оценить обстановку во избежание угрозы ему самому, и только после таких действий начать оказывать помощь.

Первое, что необходимо сделать при несчастном случае, в результате которого пострадал человек - прощупать пульс на лучевой артерии, расположенной на внутренней поверхности предплечья. Пульс может отсутствовать из-за слабых сердечных сокращений, тогда пульс необходимо

проверить на сонных артериях, расположенных на шее, близко от сердца. Если пульс есть, но человек не дышит, необходимо сделать искусственное дыхание, при отсутствии и пульса, и дыхания необходимо немедленно приступить к сердечно-легочной реанимации.

Остановка дыхания определяется по отсутствию дыхательных движений грудной клетки и диафрагмы, дыхательных шумов и движения воздуха, нарастающей синюшности лица. Для проведения искусственного дыхания важна подготовка (правильно уложить, обеспечить свободную проходимость дыхательных путей, расстегнуть фрагменты одежды, сжимающие части тела), а также знания одного из способов проведения искусственного дыхания («рот в рот», «рот в нос»). Искусственное дыхание необходимо проводить до тех пор, пока пострадавший не начнет дышать самостоятельно, ритмично и без перерывов.

Кровотечение является самым опасным видом повреждения, так как большая потеря крови зачастую носит смертельный характер. Бывают разные виды кровотечений (капиллярное, артериальное, венозное). Инструкции по остановке кровотечений расписаны по видам кровотечений, по местам откуда исходит кровотечение. Капиллярное кровотечение, как правило, необильное, и останавливается наложением давящей повязки. Артериальное кровотечение алого, ярко-красного цвета, льющаяся из раны пульсирующей струей. Является самым опасным, так как за короткий промежуток времени человек может потерять большой объем крови. Остановка такого вида кровотечения производится путем прижатия пальцем артерии выше места ранения, после накладывается жгут или стерильная повязка. Венозное кровотечение темно-красного, вишневого цвета, вытекающей из раны непрерывно, но медленно. Необходимо наложить тугую стерильную давящую повязку и придать возвышенное положение пострадавшей части тела.

Остановка сердца требует сердечно-легочную реанимацию: в нее входит массаж сердца и искусственное дыхание, такая процедура восстанавливает сердечную деятельность, снабжая кровь кислородом.

Необходимо уложить пострадавшего на спину на твердую поверхность, проверить проходимость дыхательных путей, ладонными поверхностями рук, одна на другую, плавно надавливает на грудную клетку, чтобы она вдавилась на 4–5 см и на 0,5 секунды фиксирует ее в таком положении, а затем быстро отпускает, такие движения повторяют не менее 60 раз в минуту. Важно знать: при реанимации одним человеком через каждые пятнадцать сдавливании грудины с интервалом в одну секунду необходимо прекратить массаж и произвести два сильных вдоха по методу «рот в рот» или «рот в нос», при реанимации вдвоем - необходимо производить одно раздувание легких после каждых пяти сдавлений грудины.

Обработка ран включает в себя правила, которые необходимо соблюдать, к таким правилам относятся:

- никогда не следует самостоятельно промывать рану, так как при этом в нее могут быть занесены микробы;

- при попадании в рану кусков дерева, обрывков одежды, земли и т.п. вынимать их можно лишь в том случае, если они находятся на поверхности раны;

- нельзя касаться поверхности раны (ожоговой поверхности) руками, так как на коже рук особенно много микробов;

- перевязку следует делать только чисто вымытыми руками, по возможности протертыми одеколоном или спиртом.

- в случае отсутствия стерильного перевязочного материала допустимо использовать чисто выстиранный платок или кусок ткани, предпочтительно белого цвета, желательно проглаженный предварительно горячим утюгом;

- перед наложением повязки кожу вокруг раны нужно протереть водкой (спиртом, одеколоном), причем протирать следует в направлении от раны, а затем смазать кожу йодной настойкой.

Переломы костей бывают закрытые и открытые, оказывая первую помощь при переломе, необходимо обеспечить неподвижность места перелома, наложить шину, используя подручные средства, в случае закрытого перелома первую помощь нужно оказывать осторожно, чтобы не

вызвать дополнительных повреждений в результате смещения обломков костей.

Первая помощь при ожогах должна быть направлена на прекращение воздействия высокой температуры на пострадавшего — следует погасить горящую одежду, вывести (вынести) человека из зоны высокой температуры, удалить с поверхности его тела тлеющую и нагретую одежду. Так как степени ожогов бывают разные, дальнейшую помощь следует оказывать только после определения стадии ожога.

Состояние шока вызвано перенапряжением нервной системы, потерей крови, упадком сил и снижением всех жизненных функций организма. Первая помощь при шоковом состоянии это устранение боли. Обморок вызван резким побледнением, холодным потом, ослаблением сердечной деятельности, потерей сознания. Для оказания помощи при обмороке необходимо вынести пострадавшего на свежий воздух, ноги приподнять выше головы, дать понюхать нашатырный спирт, опрыснуть холодной водой.

Поражение электрическим током опасно, так как действие тока может проявляться не сразу. Первое, что необходимо сделать – прекратить действие тока, при отсутствии дыхания – искусственное дыхание, при отсутствии дыхания и пульса – легочная реанимация.

Обговорив самые важные аспекты при оказании первой помощи, хочется поразмышлять о важности умения оказывать первую медицинскую помощь.

Сегодня, в современном мире, к сожалению, нет ни дня, в который бы не происходила какая-нибудь катастрофа: ДТП, пожары, аварии разного техногенного и природного характера, войны. Каждое событие вызвано последствием – причинение вреда жизни и здоровью человека.

Вследствие этого каждый человек должен знать основные способы оказания первой медицинской помощи и уметь применять их при любой возникшей чрезвычайной ситуации.

На наш взгляд, необходимо обучать детей, школьников, студентов умению оказывать первую медицинскую помощь, это не только расширит

базу знаний обучающегося, но и поспособствует применению данных навыков в жизни, ведь беда приходит оттуда, откуда ее совсем не ждут.

Зачастую вовремя оказанная помощь спасает человека, ведь каждая секунда жизни идет на счет. Поэтому, на мой взгляд, каждый гражданин должен владеть навыками оказания первой помощи, быть смелым, решительным, оставаться спокойным в чрезвычайных ситуациях и должен действовать быстро, осторожно, а главное верно, так как от его действий зависит жизнь человека.

Список литературы

1. Оскретков В.И., Андреасян А.Р., Балацкий Д.В.: Первая медицинская и доврачебная помощь. Учебное пособие: Издательство: Кнорус., 2020 г. – 320 стр. (Электронный доступ: https://www.labirint.ru/books/692612/, дата обращения: 3.01.21).
2. Аюбов Э.Н., Лукьянович А.В. и др. Первая помощь М.: ВНИИ ГО ЧС (ФЦ), 2016. — 188 с. (Электронный доступ: https://www.studmed.ru/ayubov-e-n-lukyanovich-a-v-i-dr-pervaya-pomosch_aa626dbc7c6.html, дата обращения: 3.01.21).

Bibliography

1. Oskretkov V.I., Andreasyan A.R., Balatsky D.V .: First medical and first aid. Study guide: Publisher: Knorus., 2020 - 320 pages (Electronic access: https://www.labirint.ru/books/692612/, date of access: 3.01.21).
2. Ayubov E.N., Lukyanovich A.V. and others. First aid M .: VNII GO CHS (FC), 2016. - 188 p. (Electronic access: https://www.studmed.ru/ayubov-e-n-lukyanovich-a-v-i-dr-pervaya-pomosch_aa626dbc7c6.html, access date: 3.01.21).