

Оказание первой медицинской помощи.

Здоровый ребенок отличается правильным физическим и психическим развитием, у него обычно хороший, здоровый цвет лица, живые и веселые глаза.

Об отсутствии заболеваний свидетельствует хороший аппетит, нормальный стул, крепкий и спокойный сон.

Во время бодрствования у здоровых детей должно быть хорошее настроение, они оживлены, много играют, интересуются всем, что их окружает.

Однако в жизни каждого ребенка нередко возникают определенные события, требующие врачебного вмешательства.

В ряде случаев и родители, и воспитатели, сознавая ответственность, могут прибегнуть к самостоятельному оказанию медицинской помощи детям.

Отравление.

Нельзя:

- Оставлять пострадавшего одного.
- Вызывать рвоту, если пострадавший находится без сознания.
- Вызывать рвоту при отравлении кислотами и щелочами.

Необходимо:

- Вызвать «скорую помощь».
- Симптомы:
- головная боль
- понос
- рвота
- боли в животе
- затрудненное дыхание
- сонливость
- потеря сознания.

Действия:

1. Постарайтесь выяснить, сколько времени прошло с момента отравления. Постарайтесь узнать, случайно или намеренно

отравился пострадавший. Сохраните остатки проглоченного вещества, это поможет врачу.

2. Помните, что ваши действия зависят от состояния пострадавшего, способа отравления и вида яда.
3. Вынесите пострадавшего из помещения, наполненного ядовитыми испарениями, на свежий воздух.
4. Проверьте, дышит ли пострадавший. Если нет, немедленно начинайте искусственное дыхание.
5. Проверьте пульс. При отсутствии пульса начинайте массаж сердца.
6. При потере сознания, но наличии у пострадавшего пульса и дыхания, уложите его в правильное положение.
7. По возможности уберите остатки отравляющего вещества, сняв с пострадавшего одежду и промыв части тела чистой водой.
8. Если пострадавший проглотил ядовитое вещество, попытайтесь вызвать у него рвоту (если он в сознании и нет противопоказаний). Дайте ему выпить теплой подсоленной воды (около 1 литра), а затем вызовите рвоту путем раздражения задней стенки горла.
9. Чтобы не допустить распространения отравляющего вещества, дайте ему 1-2 таблетки активированного угля.

Отравление ядовитыми растениями или грибами.

Отравление может произойти при приеме ядовитых грибов, а также съедобных грибов, если они испорчены.

Наиболее ядовита бледная поганка – смертельное отравление может произойти при приеме даже одного гриба.

Помните, что кипячение не разрушает ядовитых веществ, содержащихся в грибах.

Симптомы:

Через несколько часов (1,5-3 ч):

- Быстро нарастающая слабость.
- Слюноотделение.
- Тошнота.

- Многократная мучительная рвота.
- Сильные коликообразные боли в животе.
- Головная боль.
- Головокружение.
- Понос.
- Расстройство зрения.
- Бред.
- Галлюцинации.
- Двигательное возбуждение.
- Судороги.

Необходимо:

- Сохранить остатки растений или грибов, вызвавших отравление.
- При подозрении на отравление грибами немедленно вызвать «скорую помощь».

Действия:

1. Выясните, какими растениями отравился пострадавший. При отравлении дурманом, волчьей ягодой или бледной поганкой немедленно отвезите пострадавшего в больницу.
2. Немедленно начинайте промывание желудка водой, лучше слабым раствором перманганата калия с помощью зонда или методом искусственно вызванной рвоты.
3. Тепло укройте пострадавшего и обложите грелками.
4. Дайте горячий сладкий чай или кофе.
5. Доставьте пострадавшего в больницу.

Отравление лекарствами.

При передозировке болеутоляющих и жаропонижающих средств (бутадйон, анальгин, промедол, аспирин и др.) происходят нарушения процессов торможения и возбуждения в ЦНС, расширение капилляров и усиленная отдача телом тепла. Это сопровождается усиленным потоотделением, развитием

слабости, которая может перейти в глубокий сон и даже в бессознательное состояние, иногда с нарушением дыхания.

Необходимо:

Немедленно! Вызвать «скорую помощь» или доставить пострадавшего в больницу.

Действия:

1. Выясните, какое лекарство и в какой дозе принял пострадавший. Сохраните оставшееся лекарство или упаковку от него.
2. Если пострадавший в сознании, вызовите рвоту, затем дайте ему активированный уголь. Следите за дыханием и пульсом пострадавшего.
3. При отсутствии дыхания и пульса немедленно начинайте реанимационные меры.
4. Если пострадавший без сознания, но у него сохраняются пульс и дыхание, уложите его в правильное положение.

Пищевое отравление.

Пищевая токсикоинфекция. При употреблении в пищу недоброкачественных продуктов животного происхождения (мясо, молоко и т.п.) возникает пищевое отравление – пищевая токсикоинфекция.

Заболевание вызывают находящееся в данном продукте микробы и продукты их жизнедеятельности – токсины.

Необходимо:

Сохранить остатки пищи и показать их врачу.

Действия:

1. Вызовите рвоту у пострадавшего, если подозреваете отравление.
2. Вызовите «скорую помощь».

Отравление мясом и рыбой

происходит при употреблении в пищу недоброкачественных или инфицированных продуктов. Они могут инфицироваться еще при жизни животных, но наиболее часто это происходит в процессе приготовления пищи и в результате неправильного хранения пищевых продуктов. Особенно легко инфицируется измельченное мясо.

Нельзя:

- Оставлять пострадавшего одного. Если оставить без помощи, катастрофически быстро развивается сердечно-сосудистая недостаточность, возникают судорожные сокращения мышц, наступают коллапс и смерть.
- Принимать какую-либо пищу в течение 1-2 суток.

Необходимо:

- Немедленно промыть пострадавшему желудок.
- Обильное питье.

Симптомы:

Через 2-4 ч. после приема зараженного продукта:

- Общее недомогание.
- Тошнота.
- Многократная рвота.
- Схваткообразные боли в животе.
- Частый жидкий стул, иногда с примесью слизи и прожилками крови.
- Усиление интоксикации, снижение артериального давления.
- Учащение и ослабление пульса.
- Бледность кожных покровов.
- Жажда.
- Высокая температура тела (38-40°C).

Действия:

1. Немедленно начните промывание желудка водой при помощи желудочного зонда или вызывания искусственной рвоты (обильное питье теплой воды 1,5-2 л с последующим раздражением корня языка).
2. Промывание до «чистой воды».
3. Давайте обильное питье при самостоятельной рвоте.
4. Для скорейшего удаления из кишечника инфицированных продуктов пострадавшему дайте карболен («желудочный» уголь) и слабительное (25 г солевого слабительного на полстакана воды или 30 мл касторового масла).
5. После промывания желудка, дайте пострадавшему горячий чай и кофе.
6. Согрейте пострадавшего. Обложите его грелками (к ногам, рукам).
7. Способствует выздоровлению прием внутрь сульфаниламидов или антибиотиков.
8. Испражнения больного и рвотные массы дезинфицируйте непосредственно в судне.
9. Вызовите «скорую помощь».

Ушиб, растяжение, разрыв связок.

Кожа обладает значительной прочностью, при травмах целостность ее часто не нарушается, в то время как мягкие ткани и кости могут значительно разрушаться.

Наиболее распространенным повреждением мягких тканей и органов является ушиб, который чаще всего возникает вследствие удара тупым предметом. На месте ушиба быстро появляется припухлость, возможен и кровоподтек.

При разрыве крупных сосудов под кожей могут образоваться скопления крови-гематомы. Ушибы приводят к нарушению функции поврежденного органа. Если ушибы мягких тканей тела вызывают лишь боль и умеренное ограничение движения конечностей, то ушибы внутренних органов (мозг, печень, легкие, почки) могут привести к тяжелым нарушениям во всем организме и даже к смерти.

Действия:

1. При ушибе, прежде всего, необходимо создать покой поврежденному органу. На область ушиба необходимо наложить давящую повязку, придать этой области тела возвышенное положение, что способствует прекращению дальнейшего кровоизлияния в мягкие ткани. Для уменьшения боли и воспалительных явлений к месту ушиба прикладывают холод-пузырь со льдом, холодные компрессы.
2. Первая помощь при растяжении связок такая же, как и при ушибах, т.е. прежде всего, накладывают повязку, фиксирующую сустав. При разрыве сухожилий, связок первая помощь заключается в создании больному полного покоя, наложении тугой повязки на область поврежденного сустава, чтобы прочно фиксировать его. Для уменьшения боли пострадавшему можно дать внутрь 0,25-0,5 г анальгина, а к области травмы приложить пузырь со льдом.

Тепловой и солнечный удар.

Тепловой удар - остро развивающееся болезненное состояние. Причиной теплового удара может быть воздействие на организм человека высокой температуры окружающей среды, особенно в сочетании с большой влажностью и чрезмерной физической нагрузкой. Организм защищает себя от высокой температуры посредством потоотделения. Однако слишком интенсивное потоотделение способствует выводу из организма соли и жидкости, что приводит к повышению температуры тканей и перегреву. Более всего подвержены перегреву дети и люди пожилого возраста.

Тепловой удар, вызванный воздействием на организм прямого солнечного излучения, называется солнечным ударом.

Причиной солнечного удара является длительное, интенсивное воздействие на голову солнечных лучей. Солнечный удар (ожоги на коже, обморок) бывает крайне опасен.

Нельзя:

- Давать алкогольные напитки.
- Давать напитки, содержащие кофеин.
- Давать жаропонижающие препараты (аспирин или парацетамол).
- Охлаждать быстро и резко.

Необходимо:

- Вызвать «скорую помощь».
- Перенести в прохладное место, в тень.
- Снять одежду и уложить, несколько приподняв голову.

Симптомы:

- Слабость, головная боль, головокружение.
- Сухость во рту, жажда.
- Рвота.
- Позднее, шум в ушах.
- Потемнение в глазах.
- Одышка.

- Сердцебиение. Потеря сознания.

Действия:

1. Установите причину перегрева и устраните ее. Перенесите пострадавшего в прохладное место, помещение или на свежий воздух.
2. Если пострадавший находится в сознании, уложите его на спину, слегка приподняв ноги на 20-30 см. Снижайте температуру тела, обертывая его мокрыми холодными простынями или полотенцами. Охлаждайте голову и область сердца. Нельзя охлаждать быстро и резко. Каждые 10 мин. давайте ему пить полстакана подсоленной воды. Обильно поите холодными напитками.
3. Если пострадавший без сознания, но пульс и дыхание у него нормальное, уложите его в правильное положение.
4. Для возбуждения дыхания дайте нашатырный спирт, внутрь- капли Зеленина, настойки майского ландыша.
5. Вызовите «скорую помощь». Следите за пульсом и дыханием. В случае остановки кровообращения начинайте реанимацию.
6. Если у пострадавшего начнутся судороги, оберегайте его от получения травмы.

Ожоги.

Нельзя:

- Оставлять пострадавшего одного.
- Наносить на обожженное место мазь, крем или растительное масло, присыпать порошком.
- Прокалывать пузыри.
- Снимать остатки одежды с поверхности ожога.
- При ожоге полости рта, давать пить и есть.

Необходимо:

- Вызвать «скорую помощь». При ожогах большой площади у пострадавшего наблюдаются нарушение дыхания и спутанность сознания - ожоговый шок.
- Следить, чтобы на место ожога не попала инфекция.

- Оберегать обожженное место от травмы.
- Обеспечить тепло, дать теплое питье.

Симптомы:

- Покраснение кожи
- Боль, отек, волдыри
- Шок
- Потеря сознания

Действия:

1. Первая помощь должна быть направлена на прекращение воздействия высокой температуры на пострадавшего; погасите пламя на одежде, удалите пострадавшего из зоны высокой температуры, снимите с поверхности тела тлеющую и резко гретую одежду.
2. Выясните характер ожога, площадь и глубину.
3. При обширном ожоге вызовите «скорую помощь».
4. При местном ожоге пораженное место следует как можно скорее охладить, поместив в холодную воду или под струю холодной воды из крана на 10-15 мин. При обширных ожогах этого делать нельзя.
5. Снимая с пострадавшего одежду, старайтесь не поранить пораженных мест. Одежду лучше разрезать.
6. На ожоговую поверхность наложите стерильную не давящую повязку (вату накладывать нельзя).
7. Если обожжены пальцы, переложите их бинтом.
8. По возможности постарайтесь зафиксировать обожженную часть тела. Уложите пострадавшего так, чтобы пораженное место находилось сверху. Оберегайте его от травм.
9. Обеспечьте пострадавшему покой.

Боль в области живота.

Что делать?

1. Придать ребенку удобное положение, приподняв на подушке. Приготовить пакет для рвоты.
2. Не давать никаких лекарств, а также воды и питья.
3. Вызвать врача.

Боли в животе после проглатывания инородного тела.

Попадание инородного тела в желудок почти не имеет симптомов: только тошнота и небольшие боли в животе.

Если вам точно известно, что малыш проглотил какой-то неострый предмет из нерастворимого материала и его не слишком сильно беспокоит тошнота и боли в животе, то можно некоторое время – до осмотра ребенка врачом, час, полтора – подождать.

Самое неприятное, если это инородное тело застряло в пищеводе. Это дает самую сильную симптоматику: боль за грудиной, частую икоту, слюнотечение, позывы к рвоте, возбуждение и страх, иногда спазматические боли в желудке. Случай нередкий. Хорошо, если это просто большой кусок жевательной резинки или конфета, а пуговица, пластмассовое колесико от машины или шарика?

Пока едет сразу же вызванная вами «Скорая помощь», дайте ребенку пожевать жесткий хлеб, уговаривая проглотить его с минимальным количеством жидкости. Обильно поить ребенка нельзя!

При уверенном диагнозе «проглотил косточку» (пуговицу, пластмассовое колесико и пр.) можно дать обволакивающую пищу – полужидкое картофельное пюре или овсяную кашу.

Обычно весь путь инородного тела от рта до горшка у детей первых восьми лет занимает два дня, а у более старших – три дня.

Икота.

Что делать?

1. Могут помочь несколько глотков теплой воды.
2. Сделать глубокий вдох с последующей задержкой дыхания.

3. В случае «нервной икоты» дать ребенку воды с несколькими каплями лимонного сока.
4. Можно рекомендовать легкий массаж подложечной области.

Инородное тело в носу.

Дети часто заталкивают в нос мелкие предметы, В качестве первой помощи можно посоветовать вдохнуть ртом и сильно высморкаться, закрыв при этом вторую ноздрю.

Нельзя пытаться самостоятельно вынуть инородное тело из носа. Этим можно протолкнуть его глубже, так что вынуть будет труднее, или вообще втолкнуть в носоглотку, откуда его можно легко вдохнуть в трахею или бронхи.

Инородное тело в глазу.

При попадании соринки в глаз не давайте ребенку тереть глаз руками. Предложите ему поморгать или, взявшись руками за ресницы верхнего века, оттянуть его вниз и некоторое время поддержать в таком положении, При этом соринка вымывается слезами.

Ни в коем случае нельзя лезть в глаз пинцетом или другими твердыми предметами или насильно выковыривать соринку из глаза.

Острые осколки, стружки, песчинки могут застрять в роговице, и попытки удалить их своими силами могут привести к тяжелым повреждениям. Завяжите глаз не тугой повязкой и отправьте ребенка в ближайший глазной пункт.

Внезапный, непрекращающийся приступ надсадного кашля.

Если такой кашель не проходит в течение нескольких минут и сопровождается затруднением дыхания, возбуждением и страхом у ребенка, это скорее всего означает, что в его дыхательные пути попало инородное тело. Им может оказаться пуговица, конфета, кусок пищи, часть игрушки - да все что угодно!

При инородном теле в дыхательных путях кашель сухой и не управляется ребенком. Не тратьте время на уговоры и ожидания!

Не стучите по спине ребенка! Это может только осложнить ситуацию!

Сделайте несколько попыток вытряхнуть инородное тело, перевернув ребенка вниз головой и встряхнув несколько раз. Если попытки не увенчались успехом (увы, это бывает довольно часто!), немедленно доставьте ребенка в медицинское учреждение, в котором есть хирургическое отделение, потому что инородные тела часто приходится удалять из дыхательных путей под наркозом.

Не теряйте головы, помните, что инородные тела всегда попадают в один из бронхов и даже когда закупоривают его, то другие бронхи остаются свободными, а это значит, что ребенок не задохнется.

Надо найти такое положение туловища ребенка, при котором раздражение бронхов инородным телом наименьшее (чаще всего на боку, иногда на животе).

Не давайте ребенку обезболивающих и много питья, потому что кашель может вызвать рвоту, а при заполненном желудке рвота будет обильной.

Внезапная потеря сознания.

Чаще всего она связана с травмами черепа (ушибами и ранениями), перегреванием, солнечным ударом.

Обычная ошибка – брать ребенка на руки, стараясь придать его телу вертикальное положение. Поступать надо как раз наоборот: положить ребенка так, чтобы приток крови к его голове был максимальным (если надо, то даже немного опустить его голову вниз).

Исключением из этого правила является только одно обстоятельство – наружное кровотечение из носа, рта или раны черепа.

Ребенку надо придать удобное положение, подстелить что-либо мягкое, расстегнуть одежду (воротник и манжеты рубашки!).

Нашатырный спирт – одно из самых верных средств при потере сознания. Проследите, чтобы он всегда был в аптечке.

Нашатырь всегда надо подносить к ноздрям на ткани _ так он быстрее испаряется (используйте носовые платки, части одежды, даже бумагу!).

Из методов, предлагаемых восточной медициной, для быстрого приведения в чувство можно порекомендовать массаж ушных раковин до их покраснения.

Судороги.

Внезапно появившиеся судороги являются грозным симптомом какого-то серьезного заболевания, но почти никогда не указывают на свою причину. Они возникают главным образом при заболеваниях нервной системы, отравлениях, нарушениях обмена веществ и деятельности желез внутренней секреции.

Признаки: сильное подергивание мышц, сжатые кулаки и выгнутая спина; слюноотделение; замедленное дыхание; налитая кровью шея и лицо. Также возможно подергивание мышц лица, ребенок может закатить глаза, начать косить или уставиться глазами в одно место. Обязательно запомните, какие именно судороги были у ребенка, Это очень важно, если в дальнейшем надо будет решать какие-то вопросы с невропатологом. Если есть указания на травму головы, перегревание, обезвоживание, отравление токсическим веществом и пр., то борьба с судорогами должна начинаться с устранения этих причин. Во всех остальных случаях до прихода врача приходится действовать одинаково:

- Ребенка укладывают на ровную мягкую поверхность на спину (если у него нет рвотных позывов или рвоты) или на живот, а голову удерживают в положении на боку (если есть рвота или позывы к ней);
- Во время конвульсий удерживают тело ребенка, чтобы он не нанес себе травму;
- Принимают меры по устранению возможных причин судорожного приступа (снижают температуру тела, промывают желудок и пр.).

Опасно прикусывать язык – поэтому между челюстями необходимо вставить мягкий предмет (свернутый носовой платок, край рукава и пр.).

Причина судорог почти всегда одна и та же – кислородное голодание клеток головного мозга. Как только удастся устранить эту причину, судороги проходят.

Обильное кровотечение.

Наружное кровотечение особенно опасно, если имеет своим источником повреждение артериального сосуда (кровь из поврежденного места бьет струей или толчками; при венозном кровотечении кровь темно- красного цвета и течет медленно). Капиллярное кровотечение, которым всегда сопровождаются поверхностные ранения, остановить значительно легче (при нормальной свертываемости крови такие кровотечения нередко прекращаются сами).

Чаще всего у детей бывают капиллярно- венозные кровотечения из мягких тканей и носа в результате травм. Попытаться остановить такое носовое кровотечение можно простым прижатием мягких тканей носа к носовой перегородке в течение двух- трех минут. Можно усилить эффект этого способа, введя в носовые ходы марлевые жгуты или ватные тампоны, обильно смоченные 2- 3 - х процентным раствором перекиси водорода. Обычная ошибка – откидывать голову ребенка назад, в то время как правильное положение для скорейшей остановки носового кровотечения – наклонить голову вперед!

При кровотечении из пораненных сосудов конечностей необходимо сделать следующее:

- Обнажить место кровотечения. Раздеть ребенка.
- Если рана загрязнена, очень осторожно смыть грязь вокруг нее, но вода не должна попасть в саму рану!
- Пережать кровеносные сосуды на 3- 5 см выше места ранения.

- Наложить на конечность жгут (поясной ремень, веревку, гибкий провод и т.п.) в два- три оборота, подложив под него мягкую ткань, и затянуть его.
- Придать телу ребенка удобное положение: положить на спину.
- Приподнять раненую конечность. Зафиксировать ее в этом положении.
- Положить на место ранения поверх затянутого жгута холодный компресс или пузырь со льдом.
- Согреть ребенка (при кровотечениях дети быстро начинают мерзнуть).
- Затянутый жгут надо распускать на 10 минут каждые полтора часа, чтобы не произошло омертвление тканей.

Кровотечение в ротовой полости.

Порезы языка, губ или ротовой полости, даже незначительные, приводят к серьезным кровотечениям.

Обычно такие травмы возникают при ударе или падении («с прикусом» языка). Главное – контролировать кровотечение и предотвратить поступление крови в полость рта при вдыхании.

Что делать?

1. Посадить ребенка, наклонив голову вперед.
2. Приложить марлю к ране и сжать пальцами на 10 мин. Если кровотечение продолжается, замените марлю.
3. Не давать пить ничего теплого и горячего в течение 12 ч после остановки кровотечения.

Круп.

Этот термин означает приступы тяжелого, затрудненного дыхания у маленьких детей, вызванные резким спазмом или воспалением трахеи и гортани.

Приступ как правило начинается ночью; при этом наблюдается затрудненное дыхание; прерывистый, «лающий кашель»; свистящий звук при вдохе; грубый голос, синюшность, ребенок

может быть беспокоен, ищет себе место для улучшения дыхания; может быть повышена температура; приступы могут повторяться. Что делать?

1. Успокоить и подбодрить ребенка.
2. Вызвать неотложную помощь.

До приезда врача:

1. Посадить ребенка, поддерживая спину и успокаивая его.
2. Сделать так, чтобы воздух вокруг ребенка был влажным- это облегчит ему дыхание и поможет предотвратить повторение приступа. Для этого пройдите с ребенком в кухню или ванну и включите кран с горячей водой. В ванну, куда льется горячая вода, можно добавить питьевую соду.

Тепловой или солнечный удар.

У детей до семи лет голова очень чувствительна к температуре окружающей среды, поэтому традиция предписывает покрывать ее платком или шапочкой. Дети легко перегреваются и получают тепловые удары даже при пасмурной, но жаркой погоде. Прямые солнечные лучи могут вызвать у ребенка солнечный удар.

Симптомы перегрева напоминают признаки начала воспалительного заболевания - ребенок становится вялым, жалуется на головную боль, повышается температура тела. У маленьких или реактивных детей признаками перегрева могут быть только внезапный подъем температуры тела и психомоторное возбуждение.

В этом случае, если у вас появилось подозрение на тепловой или солнечный удар, перенесите ребенка в прохладное затененное помещение и разденьте его. Можно обмахивать ребенка, чтобы создать прохладу.

Переломы костей.

Для детей до 12 лет типичны поднадкостничные закрытые переломы, которые часто мало нарушают внешний вид

конечностей. Имейте это в виду и не пытайтесь «вправить вывих» или «помассировать ушиб», потому что при этих манипуляциях можно дополнительно повредить сосуды, нервы и мышцы.

При подозрении на перелом конечности следует зафиксировать поврежденные части при помощи любых подручных средств (доски, палки, хворост, плотный картон и пр.) или тугим прибинтовыванием поврежденной конечности к туловищу (при повреждении руки) или здоровой ноге (при повреждении ноги). Фиксацию поврежденных конечностей надо проводить так, чтобы были обездвижены суставы, расположенные выше и ниже места перелома.

При подозрении на травму позвоночника ребенка ни в коем случае нельзя усаживать или поднимать на ноги, а следует осторожно уложить на живот на твердую и ровную поверхность (снятая с петель дверь, часть забора, деревянный щит и прю) и как можно скорее доставить в больницу.

Вывихи, растяжения и ушибы.

На месте суставных вывихов всегда возникает острая боль при движениях и часто возникает отек (опухоль).

У маленьких детей вывих лучевой кости в локтевом или лучезапястном суставе случается, когда малыш виснет и раскачивается на ваших руках или вы резко дергаете его за вытянутую руку.

Зафиксируйте конечность повязкой и доставьте ребенка в травматологический пункт или в больницу.

Растяжения связок у маленьких детей встречаются гораздо реже, чем у школьников. Симптомы растяжения всегда одни и те же – боль в суставе при движениях, отек сустава. Отличие растяжения связок сустава от вывиха в том, что при растяжении связок движения возможны.

Наложите холодный компресс на отек – и все! Остальное сделают медики.

После ушиба часто образуются синяки- кровоизлияния в мягкие ткани из-за повреждения кровеносных сосудов.

Чтобы предупредить появление синяка, в первые 20-30 мин.

После ушиба нужно приложить холод (полотенце, смоченное в холодной воде, кусочек льда, снег и т.п.). Холод вызывает спазм сосудов, останавливая кровоизлияние в мягкие ткани. Кроме того, холод обладает обезболивающим эффектом.

Если синяк все же образовался, для быстрого рассасывания на вторые сутки рекомендуется прикладывать 2-3 раза в день сухое тепло.

Ссадины .

При ссадинах затрагиваются только верхние слои кожи.

Кровотечение из ссадины обычно незначительное.

Первая помощь заключается в удалении загрязнений. Для этого марлевой салфеткой или кусочком ваты (чистой тряпочкой, если ничего нет под рукой), смоченной в бактерицидном средстве, промокающими движениями протирают участки кожи вокруг ссадин.

После оказания доврачебной помощи необходимо обратиться в поликлинику - врач решит, нужно ли вводить противостолбнячную сыворотку.

Укусы насекомых.

Самое известное из кровососущих насекомых - комар, а самое неприятное - гнус (мошка). Ее укусы часто вызывают сильную аллергическую реакцию с мучительным зудом и отеками в местах укусов и выраженным ухудшением общего самочувствия.

Нужно смочить кожу в месте укуса нашатырным спиртом или намазать кашицей из пищевой соды и воды, меновазином, любим бальзамом, лучше с запахом мяты, можно мятной зубной пастой.

Если вас или ребенка укусила пчела или шмель, соскребите мешочек с ядом ногтем. Обычно при этом удаляется и жало.

Затем опустите укушенную конечность в холодную воду,

приложите к месту укуса комоч сырой глины или разжеванный листок подорожника. Обратитесь к врачу.

Как правильно наложить повязку?

Все случаи не учесть, но есть несколько неизменных правил:

- Не прикрывать тугой повязкой загрязненные раны;
- Нельзя класть на поврежденный участок вату (повреждения следует прикрывать только тканью – она легче отделяется);
- Края повязки должны заходить на 3-5 см за края поврежденного участка тела;
- Витки бинта накладывать друг на друга на треть их ширины, чтобы повязка не сползала;
- Завязывать повязку по середине ее длины.
- Поврежденные конечности привязывают к жестким прямым предметам.
- Поврежденную до локтевого сустава руку закрепляют с помощью широкой поддерживающей повязки (косынки).

Как раздеть пострадавшего (обожженного или травмированного) ребенка?

Если по каким-либо причинам раздеть ребенка в обычной последовательности не представляется возможным, действуйте следующим образом:

- Обувь и одежду снимают прежде с неповрежденных частей тела;
- Если к этому есть препятствия, одежду разрезают или разрывают по швам;
- Прилипшую или пригоревшую к телу одежду не удаляют с кожи, а отделяют от снимаемых частей при помощи ножниц, оставляя небольшие края.