



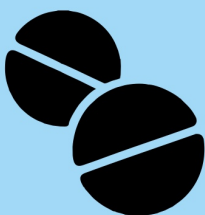
ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ ПРИ ЛЮБЫХ ВИДАХ ОТРАВЛЕНИЙ

1



Вызов скорой медицинской помощи

2



Предупреждение дальнейшего попадания яда в организм:

- вынести пострадавшего из опасного места при ингаляционном отравлении;
- снять одежду, пропитанную ядом;
- по возможности дать активированный уголь (30 г) при полостных отравлениях.

3



УДАЛЕНИЕ НЕВСОСАВШЕГОСЯ В КРОВЬ ЯДА:

- промыть кожные покровы и глаза пострадавшего водой при чрескожных отравлениях;
- промыть желудок водой «ресторанным» способом* при полостных отравлениях, если нет противопоказаний**;
- повторно дать активированный уголь или другие сорбенты, если нет противопоказаний.

Общие мероприятия первой помощи по симптомам отравления:

- ☐ придать правильное транспортное положение;
- ☐ обеспечить доступ свежего воздуха;
- ☐ сердечно-легочная реанимация при остановке кровообращения (исчезновении «признаков жизни»);
- ☐ контроль сознания, дыхания и кровообращения до приезда скорой медицинской помощи.

* «Ресторанный» способ промывания желудка - напоить больного водой комнатной температуры, вызвать рвоту, повторить несколько раз.

** «Ресторанный» способ противопоказан:

1. при нарушениях сознания,
2. при отравлении веществами «прижигающего» действия (кислоты, щелочи, нашатырный спирт, бензин).



ГБУЗ «Волгоградский региональный
центр общественного здоровья
и медицинской профилактики»





ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ГИПЕРТЕРМИИ (ПЕРЕНАГРЕВАНИИ)

Признаки: повышение температуры, головная боль, слабость, ослабление или отсутствие пульса, нерегулярное неритмичное дыхание вплоть до его остановки (паралич дыхательного центра). Тошнота, рвота, прекращение потоотделения, судороги, горячая сухая кожа, помрачение сознания вплоть до его потери.

При отсутствии сознания более 2 часов, несмотря на лечение, прогноз неблагоприятный.

Первая помощь

1



Переместите пострадавшего в прохладное место, снимите лишнюю верхнюю одежду и ослабьте воротник и пояс, уложите пострадавшего или придайте ему удобное положение.

2



Приложите прохладные мокрые компрессы, поместив их в паховую область, в подмышечные впадины и на шею, постоянно обтирайте тело пострадавшего любой влажной тканью; часто, но понемногу давайте пить воду.

3



Если пострадавший обильно потеет или испытывает судороги, добавляйте к воде соль и сахар (по 0,5 чайной ложки на литр).

4



Следите за состоянием пострадавшего. В случае отказа от воды, рвоты и изменяющегося уровня сознания, немедленно вызывайте скорую медицинскую помощь.

5



Будьте готовы к проведению искусственного дыхания или реанимационных мероприятий!

При судорогах от перенапряжения мышц в условиях перегрева:

- осторожно выпрямите сведенную судорогой конечность;
- избегайте дальнейшего напряжения мышц.



ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

- давать пострадавшему алкоголь;
- втирать в кожу спирт, так как он приводит к закрытию пор и препятствует выходу тепла;
- массировать пораженные судорогой мышцы.



ГБУЗ «Волгоградский региональный
центр общественного здоровья
и медицинской профилактики»





Первая помощь при гипертоническом кризе

Гипертонический криз – это внезапное чрезмерное повышение давления

ПРИЗНАКИ гипертонического криза:



«Верхнее» артериальное давление более 180 мм. рт. ст., «нижнее» артериальное давление - более 120 мм рт. ст.



Сильная головная боль, чаще в затылочной области



Сонливость и шум в голове



Жар, потливость



Мелькание "мушек" перед глазами



Тошнота, одышка, слабость



Тяжесть, боль в области сердца

При гипертоническом кризе важно не растеряться и ВЫПОЛНЯТЬ следующие шаги:



1. Успокоить больного, убрать яркий свет и обеспечить приток свежего воздуха.



2. Помочь больному измерить артериальное давление, если цифры значительно разнятся с привычными значениями давления для больного, то помочь принять лекарственные средства, понижающие давление (при их наличии у больного).



3. Обеспечить больному полусидячее положение и горячую ванночку для ног. Внимание! Больному с гипертоническим кризом запрещаются любые резкие движения (резко вставать, садиться, ложиться, наклоняться) и любые физические нагрузки.



4. При улучшении самочувствия и снижении артериального давления больному необходимо отдохнуть (лечь в постель с приподнятым изголовьем).



Необходимо срочно вызвать скорую помощь:

- При отсутствии рекомендованного врачом гипотензивного препарата
- При повышении уровня артериального давления выше 200 мм. рт. ст.
- При отсутствии улучшения состояния через 40-60 мин после принятия лекарственных средств



ГБУЗ «Волгоградский региональный центр общественного здоровья и медицинской профилактики»



ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ОБМОРОКЕ

Первая помощь:

1



Убедитесь, что это не остановка сердца! Проверьте наличие дыхания, при его отсутствии в течение 10 секунд - немедленное начало реанимации.

2



Запрокиньте голову пострадавшего назад, чтобы не нарушалась проходимость дыхательных путей.

3



Расстегните стесняющую одежду, особенно, если она сдавливает шею и обеспечьте доступ свежего воздуха.

4



Поднимите ноги пострадавшего на 30 - 45 см для улучшения притока крови к мозгу



ИЗБЕГАЙТЕ ПОЛЬЗОВАТЬСЯ нашатырным спиртом!

Немедленно вызывайте скорую медицинскую помощь, если: у пострадавшего ранее были обмороки; в течение 5 минут не восстанавливается сознание; возраст более 40 лет.



ГБУЗ «Волгоградский региональный
центр общественного здоровья
и медицинской профилактики»





ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ЭПИЛЕПСИИ

1



Вызвать скорую медицинскую помощь, точно описав картину приступа.

2



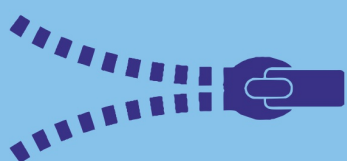
Профилактика черепно-мозговой травмы - мягкое удержание головы пострадавшего при судорогах.

3



Нельзя грубо удерживать больного, нельзя разжимать его челюсти какими-либо предметами - травмы зубов от этого бывают чаще, чем прикусывание языка!

4



Обеспечить доступ свежего воздуха, расстегнуть стесняющую одежду.

5



После приступа придать больному устойчивое боковое положение, чтобы избежать вдыхания слюны, рвотных масс.



ГБУЗ «Волгоградский региональный
центр общественного здоровья
и медицинской профилактики»





ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ ПРИ ЛЮБЫХ ВИДАХ ОТРАВЛЕНИЙ

1



Вызов скорой медицинской помощи

2



Предупреждение дальнейшего попадания яда в организм:

- вынести пострадавшего из опасного места при ингаляционном отравлении;
- снять одежду, пропитанную ядом;
- по возможности дать активированный уголь (30 г) при полостных отравлениях.

3



УДАЛЕНИЕ НЕВСОСАВШЕГОСЯ В КРОВЬ ЯДА:

- промыть кожные покровы и глаза пострадавшего водой при чрескожных отравлениях;
- промыть желудок водой «ресторанным» способом* при полостных отравлениях, если нет противопоказаний**;
- повторно дать активированный уголь или другие сорбенты, если нет противопоказаний.

Общие мероприятия первой помощи по симптомам отравления:

- ☐ придать правильное транспортное положение;
- ☐ обеспечить доступ свежего воздуха;
- ☐ сердечно-легочная реанимация при остановке кровообращения (исчезновении «признаков жизни»);
- ☐ контроль сознания, дыхания и кровообращения до приезда скорой медицинской помощи.

* «Ресторанный» способ промывания желудка - напоить больного водой комнатной температуры, вызвать рвоту, повторить несколько раз.

** «Ресторанный» способ противопоказан:

1. при нарушениях сознания,
2. при отравлении веществами «прижигающего» действия (кислоты, щелочи, нашатырный спирт, бензин).



ГБУЗ «Волгоградский региональный
центр общественного здоровья
и медицинской профилактики»





ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ГИПЕРТЕРМИИ (ПЕРЕНАГРЕВАНИИ)

Признаки: повышение температуры, головная боль, слабость, ослабление или отсутствие пульса, нерегулярное неритмичное дыхание вплоть до его остановки (паралич дыхательного центра). Тошнота, рвота, прекращение потоотделения, судороги, горячая сухая кожа, помрачение сознания вплоть до его потери.

При отсутствии сознания более 2 часов, несмотря на лечение, прогноз неблагоприятный.

Первая помощь

1



Переместите пострадавшего в прохладное место, снимите лишнюю верхнюю одежду и ослабьте воротник и пояс, уложите пострадавшего или придайте ему удобное положение.

2



Приложите прохладные мокрые компрессы, поместив их в паховую область, в подмышечные впадины и на шею, постоянно обтирайте тело пострадавшего любой влажной тканью; часто, но понемногу давайте пить воду.

3



Если пострадавший обильно потеет или испытывает судороги, добавляйте к воде соль и сахар (по 0,5 чайной ложки на литр).

4



Следите за состоянием пострадавшего. В случае отказа от воды, рвоты и изменяющегося уровня сознания, немедленно вызывайте скорую медицинскую помощь.

5



Будьте готовы к проведению искусственного дыхания или реанимационных мероприятий!

При судорогах от перенапряжения мышц в условиях перегрева:

- осторожно выпрямите сведенную судорогой конечность;
- избегайте дальнейшего напряжения мышц.



ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

- давать пострадавшему алкоголь;
- втирать в кожу спирт, так как он приводит к закрытию пор и препятствует выходу тепла;
- массировать пораженные судорогой мышцы.



ГБУЗ «Волгоградский региональный
центр общественного здоровья
и медицинской профилактики»





ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ОБМОРОКЕ

Первая помощь:

1



Убедитесь, что это не остановка сердца! Проверьте наличие дыхания, при его отсутствии в течение 10 секунд - немедленное начало реанимации.

2



Запрокиньте голову пострадавшего назад, чтобы не нарушалась проходимость дыхательных путей.

3



Расстегните стесняющую одежду, особенно, если она сдавливает шею и обеспечьте доступ свежего воздуха.

4



Поднимите ноги пострадавшего на 30 - 45 см для улучшения притока крови к мозгу



ИЗБЕГАЙТЕ ПОЛЬЗОВАТЬСЯ нашатырным спиртом!

Немедленно вызывайте скорую медицинскую помощь, если: у пострадавшего ранее были обмороки; в течение 5 минут не восстанавливается сознание; возраст более 40 лет.



ГБУЗ «Волгоградский региональный
центр общественного здоровья
и медицинской профилактики»





ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ЭПИЛЕПСИИ

1



Вызвать скорую медицинскую помощь, точно описав картину приступа.

2



Профилактика черепно-мозговой травмы - мягкое удержание головы пострадавшего при судорогах.

3



Нельзя грубо удерживать больного, нельзя разжимать его челюсти какими-либо предметами - травмы зубов от этого бывают чаще, чем прикусывание языка!

4



Обеспечить доступ свежего воздуха, расстегнуть стесняющую одежду.

5



После приступа придать больному устойчивое боковое положение, чтобы избежать вдыхания слюны, рвотных масс.



ГБУЗ «Волгоградский региональный
центр общественного здоровья
и медицинской профилактики»





ТЕПЛОВОЙ УДАР

Может возникнуть на жаре, особенно при повышенной влажности или интенсивной работе

! Признаки:

- | | |
|----------------------|---------------------------|
| 1 Ощущение духоты; | 5 Сердцебиение; |
| 2 Общая слабость; | 6 Покраснение кожи; |
| 3 Мучительная жажда; | 7 Обильное потоотделение. |
| 4 Головная боль; | |

+ Первая помощь:



1 Перенести пострадавшего в более прохладное и проветриваемое место



2 Раздеть пострадавшего и обернуть его мокрой простыней



3 На голову положить лед



4 Вызвать скорую помощь



5 До приезда врача поить пострадавшего прохладными напитками

ДЕЙСТВУЙТЕ БЫСТРО!
НЕМЕДЛЕННО ВЫЗЫВАЙТЕ
СКОРУЮ ПОМОЩЬ!



103 или 112



ЧЕМ ОПАСНА ЛЕТНЯЯ

ЖАРА

При температуре воздуха выше 35 °С нарушаются механизмы терморегуляции, что приводит к неблагоприятным последствиям.

Тепловое истощение



! Симптомы

Учащённый пульс, липкий пот, спутанность сознания, головокружение.

Судороги мышц рук и брюшного пресса, тошнота, рвота и слабость (при сильном тепловом шоке).

Первая помощь:

Поместить человека в прохладное место – в тень или под кондиционер.

Уложить пострадавшего на спину, подложить что-нибудь под ноги и дать воду. В воду можно добавить щепотку соли и ложку сахара.

Тепловый удар



! Симптомы

Схожи с признаками теплового истощения, но проявляются более остро.

Температура до 40 °С. Кожа сухая и горячая, учащённый пульс и дыхание, потеря сознания, тошнота, рвота и слабость.

Первая помощь:

Обрызгать человека холодной водой или укутать в мокрую простыню. Можно положить в подмышечные впадины и паховую область куски льда.

Как только температура спадёт и сознание восстановится, дать воды, как при тепловом истощении.

Больного необходимо показать врачу.

Как избежать перегревания



Пить больше воды, зелёного чая, исключить газированные напитки



Не употреблять алкоголь



Ограничить мясо в рационе, исключить жирную пищу



Перенести на прохладное время суток основные приёмы пищи



Носить лёгкую одежду из натуральных тканей и светлый головной убор



Сократить время пребывания на солнце



Воздержаться от использования косметики



Избегать эмоциональных и физических нагрузок

Жаркая погода особенно опасна для малолетних детей и людей, страдающих гипертонией, атеросклерозом, ожирением, эндокринными заболеваниями и сердечной недостаточностью.

