



ПРЕДСТАВЛЯЄ БЕЗОПЛАТНИЙ СЕМІНАР НА ТЕМУ:

ЛІТНІ ВИКЛИКИ ДЛЯ ЗДОРОВ'Я. ПРАКТИЧНІ ПОРАДИ З ДОМЕДИЧНОЇ ДОПОМОГИ

Лектор – **Михайло ЧЕМЕРИС**, експерт із питань домедичної допомоги,
директор ліцею № 208 м. Києва, вчитель медико-санітарної підготовки



Нормативно правова база

При наданні домедичної допомоги користуємось
**Порядками надання домедичної допомоги особам при
невідкладних станах, зтверджених
наказом МОЗ України від 16.06.2014 № 398:**

- 1. ПОРЯДОК**
надання домедичної допомоги постраждалим при
перегріванні.
- 2. ПОРЯДОК**
надання домедичної допомоги постраждалим при укусах
тварин та комах.
- 3. ПОРЯДОК**
надання домедичної допомоги постраждалим при
утопленні

Тепловий та сонячний удар

теплого удару ← **Симптоми** → сонячного удару



Основними симптоми та ознаками теплового удару є:

1. Висока температура тіла (40 С і вище).
2. Спрага.
3. Відсутнє потовиділення.
4. Червона шкіра.
5. Прискорене дихання, підвищення частоти серцевих скорочень;
6. Пульсуючий головний біль, судоми, галюцинації, втрата свідомості.

При тепловому ударі, викликаному спекотною погодою, шкіра стає гарячішою і сухою на дотик. А при тепловому ударі, викликаному напруженою фізичною роботою, шкіра зазвичай волога та липка.

Домедична допомога при тепловому ударі

Якщо ви відчули перші симптоми теплового удару, негайно викличте швидку допомогу. Якщо у вас немає можливості викликати невідкладну медичну допомогу, слід зробити наступне:

1. Якщо ви перебуваєте на вулиці, негайно зайдіть в прохолодне кондиціоноване приміщення.
2. Зніміть тісний одяг, розв'яжіть краватку, зніміть взуття.
3. Якщо є можливість, оберніться вологим простирадлом або ввімкніть вентилятор, прийміть прохолодний душ або ванну. Так само, для зниження температури тіла можна прикласти до області шиї, спини, пахв і паху мішечки з льодом.
4. Рекомендується випити 1 літр води з додаванням 2 чайних ложок солі.

У жодному випадку не пийте алкогольні напої і напої з високим вмістом кофеїну (чай, кава, капучино), оскільки вони порушують терморегуляцію організму.

Домедична допомога при тепловому ударі

Сонячний удар – різновид теплового.

1. Швидко перенести постраждалого в прохолодне місце, покласти на спину, піднявши дещо ноги, зняти або розстебнути одяг.
2. Змочити голову холодною водою або покласти на неї змочений холодною водою рушник, холодні примочки на лоб, тім'яну ділянку, потилицю, на пахові, підключичні, підколінні, пахові ділянки, де зосереджено багато кровоносних судин. Можна зробити вологе обгортання, або протерти тіло постраждалого шматочком льоду, облити його прохолодною водою, але обережно і не довго.
3. У важких випадках слід одразу зважити на характер дихання постраждалого, перевірити, чи не порушена у нього прохідність дихальних шляхів. Виявивши, що язик запав, а в роті є блювотні маси, повернути голову постраждалого на бік і очистити порожнину рота бинтом або носовою хустинкою, накрученою на палець.
4. Якщо дихання слабке або його немає, терміново почати робити штучне дихання методом “рот у рот” чи “рот у ніс” до появи самостійного глибокого дихання. Якщо відсутній пульс, а зіниці розширені і не реагують на світло, слід провести весь комплекс реанімації – штучне дихання і непрямий масаж серця.

УКУСИ ЗМІЙ



З отруйних змій в Україні розповсюджені лише гадюки. Загалом їх налічується 5 видів: гадюка звичайна , гадюка степова, гадюка Нікольського , гадюка Ренарда та гадюка носата, які дуже нерівномірно розповсюджені по країні. Найбільша їх кількість у південних та східних областях – 5 видів, а найменше – в Західній та Північній Україні – 1 вид. Повсюдно в Україні трапляється лише гадюка звичайна.

УКУСИ ЗМІЙ

Порядок надання допомоги:

- 1.Переконатись у відсутності небезпеки.
- 2.Запам'ятати вигляд змії, що вкусила (розмір, колір, візерунок на спині).
- 3.Забезпечити постраждалому спокій в положенні лежачі.
- 4.Видалити частину отрути з рани, висмоктуючи її за допомогою балончика шприца.
- 5.Накласти на місце укусу стерильну пов'язку, потім – стискуючу (якщо вражена кінцівка).
- 6.При укусах в область кінцівки знерухомити її.
- 7.Дати випити постраждалому багато рідини.
8. Викликати медичну допомогу.



УКУСИ ПАВУКІВ



Каракурт



Тарантул



Жовтий павук Сак

УКУСИ ПАВУКІВ

Порядок надання допомоги:

1. Переконайтесь, що небезпека минула. За можливості запам'ятайте або сфотографуйте павука.
2. Рясно промийте уражену ділянку дезінфікуючим засобом (перекисом водню або хлоргексидином) або мильною водою. Рану необхідно забинтувати або ж наклеїти пластир.
3. Зафіксуйте уражену частину руки або ноги, скориставшись гілкою або дошкою. Знерухомлення кінцівки дасть можливість попередити швидке поширення отрути по організму. Перед цим зніміть з руки прикраси. У разі, якщо укус прийшовся на область верхньої або нижньої кінцівки, слід накласти пов'язку трохи вище місця ураження, щоб попередити поширення отрути.



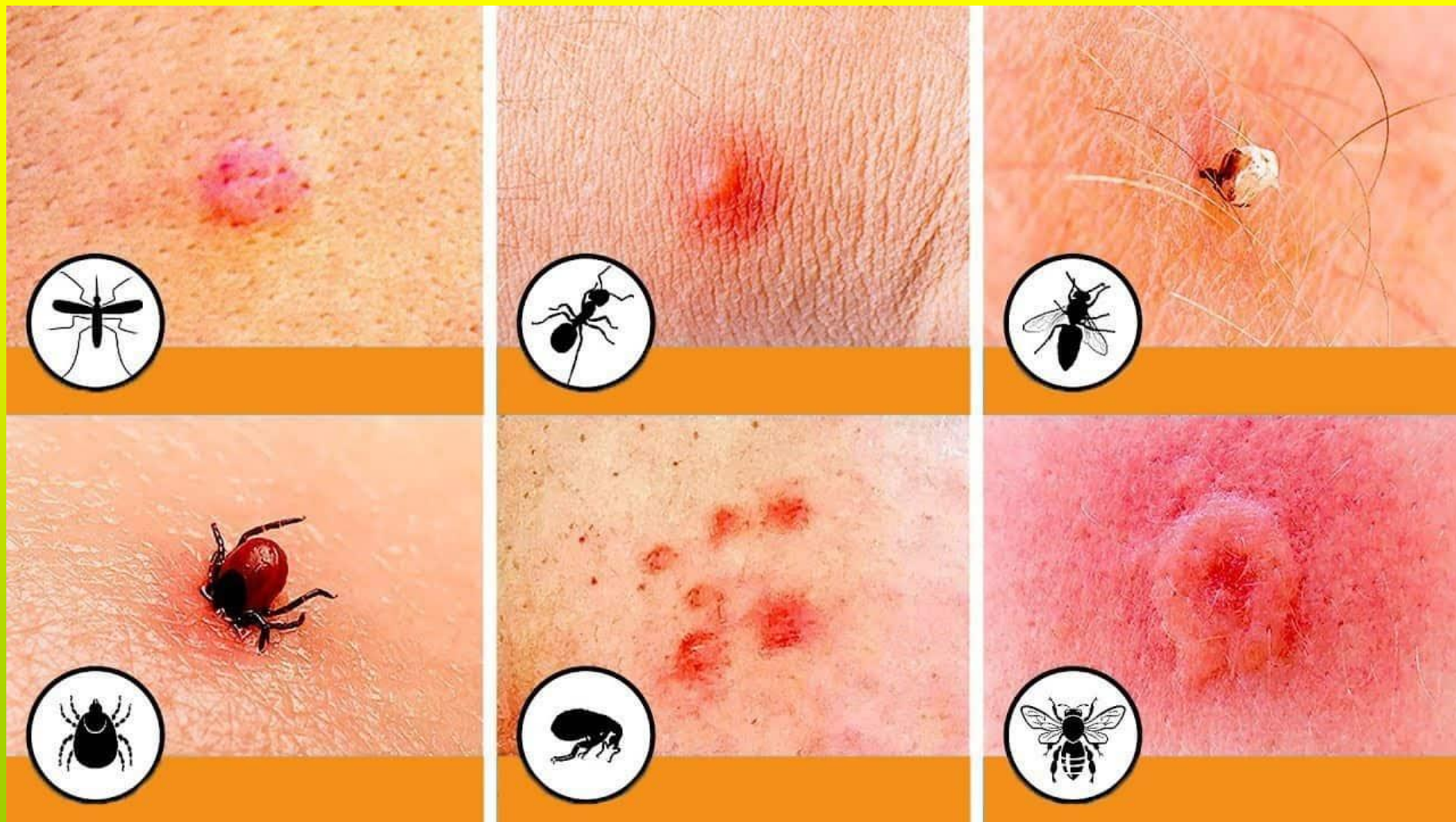
УКУСИ ПАВУКІВ

Порядок надання допомоги:

4. На уражену ділянку слід накласти холодний компрес. В даному випадку можна скористатися пляшкою з холодною водою або міхуром з льодом.
5. Постраждалому слід вживати велику кількість рідини - це допоможе вивести отруту з організму.
6. Якщо потерпілого турбують слабо виражені симптоми - йому слід дати таблетку ацетамінофену або аспірину. Враховуючи небезпеку появи алергічної реакції, слід дати прийняти протиалергійний препарат (супрастин, тавегил, цетрін).
7. Після проведення наведених вище невідкладних заходів слід обов'язково звернутись за професійною медичною допомогою.



УКУСИ КОМАХ



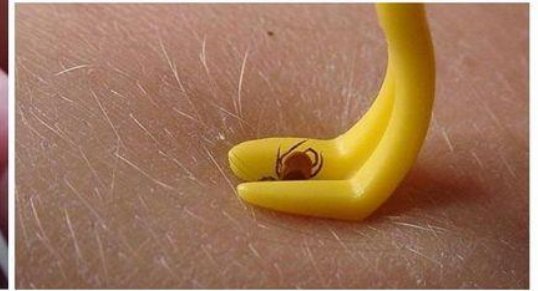
Укус комара



Комариний укус виглядає як почервонілий підшкірний міхур і сильно свербить. Як правило, ніяких особливих заходів вживати не потрібно, хіба що намазати місце укусу заспокійливою маззю.

Але якщо укус супроводжується жаром, болями в суглобах або набряками лімфовузлів, слід звернутися до лікаря - можливо, в кров потрапила інфекція.

Укус кліща



Кліщі часто є розповсюдниками кримської геморагічної лихоманки та хвороби Лайма.

Якщо у вас вчепився кліщ, необхідно видалити його як можна швидше, не вдаючись до народних засобів типу масла, бензину і припікання. Використовуйте пінцет; підчепіть кліща якомога ближче до шкіри і плавно тягніть вгору. Потім ретельно промийте укусу водою з милом.

Укус мурашки



Укуси деяких видів мурашок (наприклад, рудих лісових) містять отруту, що викликає у людини свербіж, запалення і подразнення шкіри. Якщо симптоми не проходять, помажтесь маззю з кортизоном.

Укус оси, бджоли



Сама по собі отрута цих комах не небезпечна, хоча і украй хвороблива. Однак у багатьох людей є алергія на них. В такому випадку необхідно відразу ж звернутися до лікаря.

Щоб зняти набрякання, обробіть укус оцтом або іншим підручним засобом. Бджоли часто залишають в шкірі жало. Якщо воно є, видаліть його пінцетом.

Домедична допомога при опіках борщівником



Опіки тіла викликають стебла і листя рослини. Борщівник має фототоксичність – сік рослини збільшує чутливість шкіри до ультрафіолету. Опік з'являється через декілька годин або днів.

Допомога:

- 1.Змити сік рослини з тіла мильним розчином або розчином з харчової соди. Якщо немає можливості виготовити розчин – сік змити просто водою або акуратно зняти серветкою (не розмазуючи по шкірі).
2. Уражену ділянку тіла закрити від сонячних променів.
3. Вдома покласти на обпечену ділянку серветку, змочену у розчині фурациліну. Можна використати аерозоль “Пантенол” або гель “Рятівник”.
- 4.При появі великих пухирів звернутись до лікаря, самі пухирі не прокалювати.

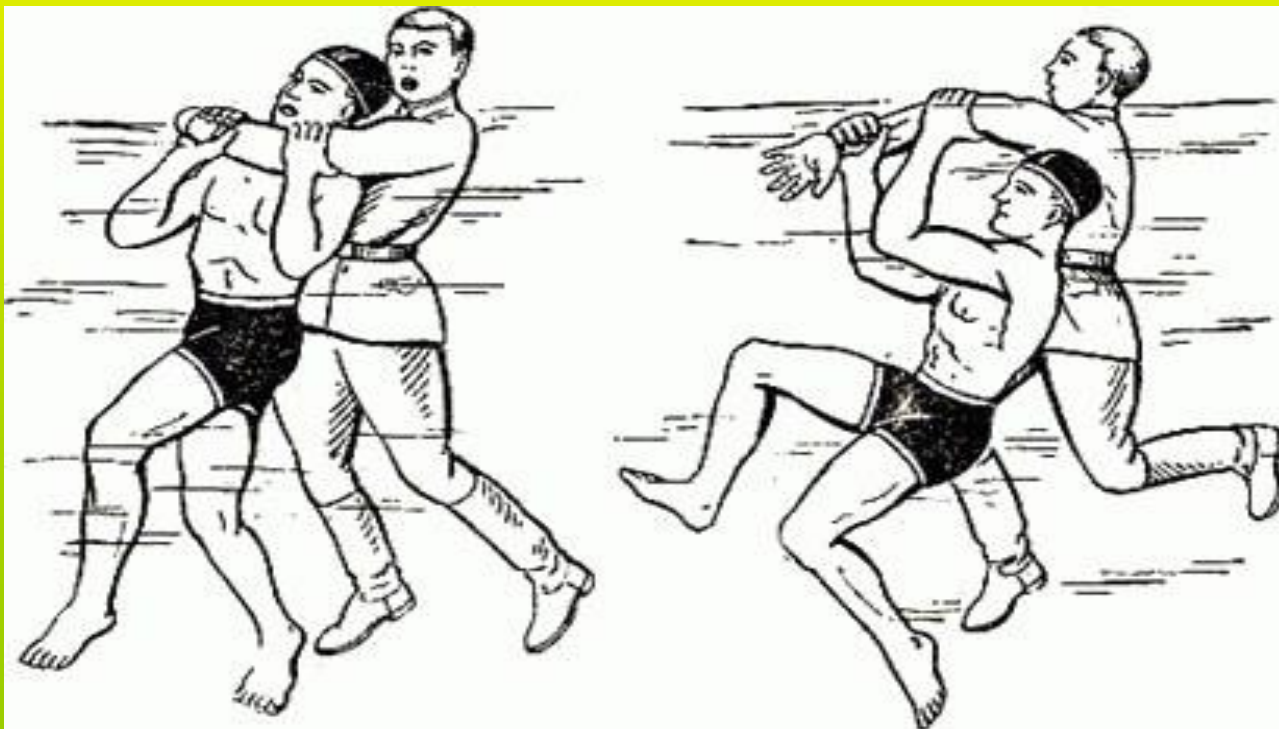


Рятування потопачого

1. При утопленні необхідно якнайшвидше витягти постраждалого з води.
2. Перш ніж кинути у воду, потрібно швидко оцінити ситуацію і обрати спосіб надання допомоги.
3. Якщо випадок трапився біля берега, можна кинути предмет, за який може вхопитися потопачий: рятівний круг, дошку, мотузку.



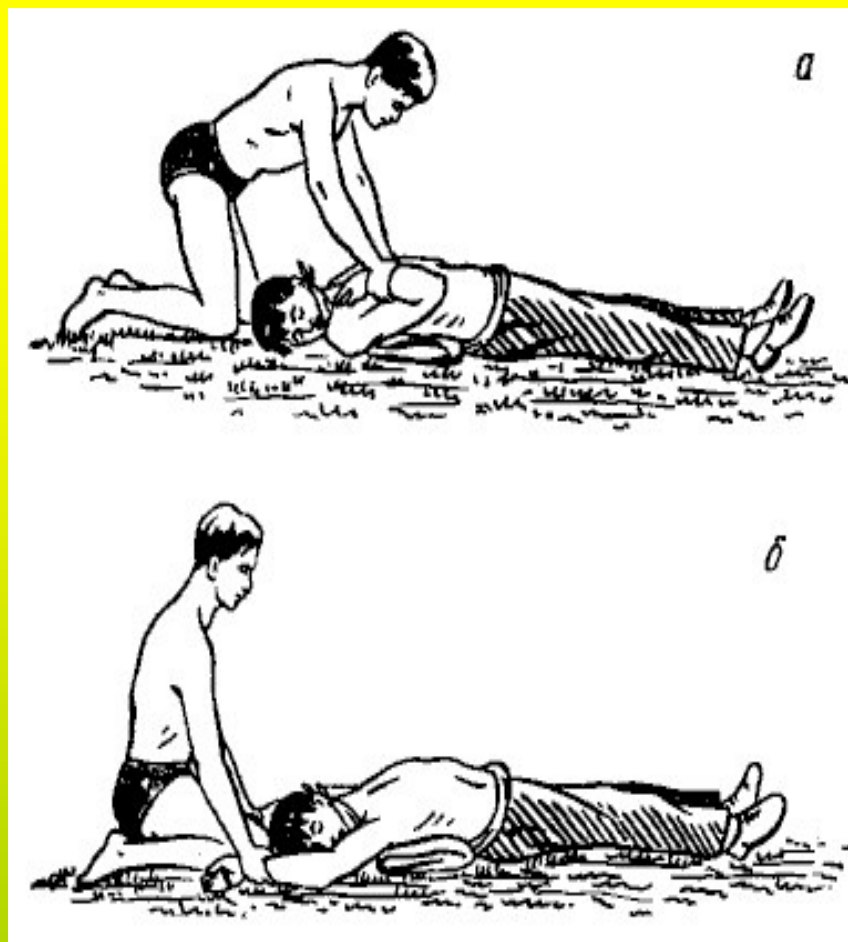
4. Якщо поблизу є човен, необхідно використати його. Якщо потоплюючий перебуває на поверхні води, то бажано заспокоїти його ще здалека, а якщо це не вдається, то краще доплисти до нього ззаду, щоб уникнути захоплення, від яких часом буває важко звільнитися. Одним з ефективних прийомів, який дозволяє звільнитися від подібних судомних обійм є занурення з потоплюючим у воду. У таких обставинах він, намагаючись залишитися на поверхні, відпустить рятувальника.



5. Діставивши потоплюючого на берег, приступають до надання першої допомоги, характер якої залежить від його стану.

Якщо потерпілий знаходиться в свідомості, у нього задовільний пульс і збережено дихання, то достатньо укласти його на суху жорстку поверхню таким чином, щоб голова була низько опущена, потім роздягнути, розтерти руками або сухим рушником.

Бажано дати гарячі напої, обгорнути теплою ковдрою і дати відпочити.



6. Якщо потерпілий при витяганні з води знаходиться без свідомості, але у нього збережені задовільний пульс і дихання:
- Відкинути його голову і висунути нижню щелепу.
 - Покласти таким чином, щоб голова була низько опущена.
 - Пальцем, обернутим носовою хусткою, звільнити ротову порожнину постраждалого від мулу, водоростей і блювотних мас, насухо витерти і зігріти.



7. Потерпілому, у якого відсутня свідомість, немає самостійного дихання, але зберігається серцева діяльність, після попередніх заходів, які спрямовані на звільнення дихальних шляхів, потрібно якомога швидше почати штучне дихання.
8. При відсутності у постраждалого дихання і серцевої діяльності штучне дихання необхідно поєднувати з зовнішнім масажем серця. Перед цим слід видалити рідину з дихальних шляхів. З цією метою рятувальник кладе потерпілого животом на стегно зігнутої у колінному суглобі ноги, надавлює рукою на спину потерпілого між лопаток, підтримуючи при цьому іншою рукою його чоло і піднімаючи голову.

Можна нахилити потерпілого через борт човна, катера або, поклавши обличчям вниз, підняти його в області тазу.

Ці маніпуляції не повинні займати більше 10-15 с, щоб не зволікати з проведенням штучного дихання.



Серцево-легенева реанімація

- Перевірте безпеку місця події
- Перевірте свідомість
- Покличте допомогу
- Відновіть прохідність дихальних шляхів
- Перевірте дихання:
подивись, послухай, відчуй
- Зателефонуйте 103
- Розпочніть реанімацію:
30 компресій грудної клітини
та 2 вдихи





Дякуємо за увагу!

**Стежте за безоплатними освітніми заходами
від «Довідника спеціаліста з охорони праці»**

ПРИЄДНУЙТЕСЯ:

sop.com.ua

esop.mcfr.ua

naseminar.com.ua

shop.mcfr.ua

facebook.com/sop.mcfr