

ПЕРВАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ

УДК 5
ББК 51.15
С29

Селезнева Т. Д.

С29 Первая медицинская помощь / Т. Д. Селезнева — М. : Т8
Издательские технологии / RUGRAM, 2020. — 96 с. — (Здоровая
жизнь).

ISBN 978-5-521-76077-0

Мы все попадаем в ситуации, когда важно уметь оказать первую помощь. Это могут быть как самые простые случаи, когда нужно только промыть царапину, так и серьезнейшие катастрофы, в которых за несколько минут решается судьба человека. Правильно оказанная первая помощь облегчает дальнейшее лечение, ускоряет заживление ран и ожогов.

Каждому необходимо знать основные принципы оказания первой помощи.

BIC VF
BISAC HEA000000

ISBN 978-5-521-76077-0

© Т8 RUGRAM, оформление, 2020
© Т8 Издательские технологии, 2020

Автор: Селезнева Т. Д.

Введение

Мы все попадаем в ситуации, когда важно уметь оказать первую помощь. Это могут быть как самые простые случаи, когда нужно только промыть царапину, так и серьезнейшие катастрофы, в которых за несколько минут решается судьба человека. Правильно оказанная первая помощь облегчает дальнейшее лечение, ускоряет заживление ран и ожогов.

Каждому необходимо знать основные принципы оказания первой помощи:

- 1) в первую очередь необходимо изолировать пострадавшего от источника опасности. После этого его нужно уложить на горизонтальную поверхность и обездвижить;
- 2) если травма серьезная, нельзя тратить драгоценное время на поиск пульса и другие подобные действия, необходимо сразу приступить к реанимационным мероприятиям.
- 3) если есть сомнения в полезности тех или иных мер первой помощи (такое часто случается при

внутренних заболеваниях или множественных травмах), следует проводить только те процедуры, которые необходимы прежде всего (например, остановка кровотечения);

- 4) прежде чем оказывать первую помощь, нужно убедиться, что вам ничего не угрожает, что вы сами находитесь вдали от источника опасности.

Для того чтобы быть способным оказать неотложную помощь, важно знать, что в каком случае требуется делать, и уметь проводить эти процедуры.

В этой книге описаны как те мероприятия первой помощи, которые может проводить неопытный человек (такие как очищение ран, наложение повязок, растирание и т. д.), так и те, для проведения которых следует овладеть некоторыми навыками (внутривенные, внутримышечные, подкожные уколы, искусственное дыхание). Для облегчения этой задачи в книге представлены пошаговые иллюстрации.

ГЛАВА 1

АПТЕЧКА ПЕРВОЙ ПОМОЩИ

Домашняя аптечка

Домашняя аптечка содержит средства, необходимые для оказания неотложной помощи в различных ситуациях в домашних условиях. Такой экстремальной ситуацией может быть болезнь, как остро развившаяся, так и обострившаяся хроническая. Каждый человек, страдающий тем или иным недугом, должен хорошо представлять, какие осложнения могут быть при его заболевании, знать о предрасположенности к тем или иным состояниям. С этой целью, проконсультировавшись у лечащего врача, он должен приобрести средства для индивидуальной домашней аптечки.

Имейте ограниченное, но достаточное (необходимое) количество лекарственных средств в домашней аптечке, помня о том, что каждое лекарственное средство имеет свой срок годности.

Наиболее распространенные средства домашней аптечки.

Перечень средств, которые следует иметь в домашней аптечке, показания к их применению и дозы, осложнения будут приведены в алфавитном порядке.

Аналептики

Настойка лимонника, настойка женьшеня. Назначают по 20 капель до еды. Показания: при гипотонии, усталости, истощении, стрессах, неврастении. Настойка противопоказана при гипертонии, патологии нервной системы.



Активированный уголь, аналгин, ацетилсалициловая кислота

Анальгетики и нестероидные противовоспалительные средства

В эту группу препаратов включены аспирин, анальгин, ибупрофен, бутадион, диклофенак, кеторал, кетотифен, ксифокам и др.



Корвалол

Эти препараты обладают антипирогенным, противовоспалительным, обезболивающим эффектом, который выражен у них неодинаково.

Аспирин — это препарат, который обладает выраженным антипирогенным эффектом, также его должны принимать люди, страдающие атеросклерозом, поскольку он снижает риск развития тромбозов. Однако неконтролируемый прием его чреват возникновением кровотечения из так называемой аспириновой язвы.

Анальгин принимают с обезболивающей целью и при высокой температуре. Назначают как в форме таблеток, так и в форме инъекций. Следует помнить, что анальгин неблагоприятно влияет на сердце и противопоказан при сердечной патологии.

Ибупрофен, диклофенак, ксифокам, бутадион — это препараты, которые назначаются при ревматических и суставных болях. Эти препараты неблагоприятно влияют на костный мозг, сердце и слизистую

*Перевязочные материалы*

оболочку желудка, поэтому длительно принимать их нельзя. Ксифокам — это современное мощное обезболивающее средство, почти лишённое неблагоприятных эффектов.

Антигистаминные препараты

К этой группе препаратов относят димедрол, пипольфен, супрастин и ряд других. Показаны они при всех видах аллергии, воспалительных заболеваниях верхних дыхательных путей и назначении ряда лекарственных препаратов. Все эти препараты обладают слабо выраженным снотворным эффектом. Противопоказания и осложнения практически неизвестны, за исключением редко встречающейся непереносимости.

Вазоактивные препараты

В эту группу лекарственных препаратов можно включить вещества лекарственного происхождения, которые применяют при нарушениях сосудистого тонуса (гипертонии и гипотонии), а также при приступах стенокардии.

К антигипертензивным препаратам, которые необходимо иметь дома, можно отнести следующие.

Дибазол — препарат мягкого действия, эффект связан с расслаблением мускулатуры сосудов. Применяют его как в таблетированной форме, так и в виде инъекций, показан при небольших цифрах артериального давления.

Фуросемид — препарат является диуретиком, и его эффект связан с выведением жидкости из организма. Постоянно принимать его нельзя, поскольку это чревато расстройством электролитного баланса, применяют при начальных формах гипертензии.

Следует отметить, что прием данного препарата сопровождается выраженной сухостью, сухостью во рту, и данное вещество нельзя использовать как постоянное средство от гипертонии.

При пониженном давлении используют инъекции кордиамина, кофеина или сульфамфоксаина.

*Перевязочные материалы*

Гастропротекторы

Эти препараты защищают слизистую оболочку желудка от грубых воздействий и применяются при гастритах, язве, диспепсии и т. д.

Примеры препаратов: альмагель, маалокс, вентер. Принимают их за 20–30 мин до еды. Ограничений, противопоказаний не отмечается.

Дезагреганты

Эта большая группа препаратов, которые качественно улучшают микроциркуляцию на всех уровнях, показаны больным атеросклерозом, диабетом, варикозным расширением вен, тромбозом.

Примеры: агапурин, трентал, пентоксифиллин, никотиновая кислота и др. Побочных эффектов у этих препаратов немного, однако их прием следует согласовать с врачом.

Желчегонные

В эту группу включены аллохол, холензим, ЛИВ.52, холосас. Препараты ускоряют выведение желчи из печени и желчного пузыря. Необходимо помнить, что прием этой группы противопоказан при наличии камней в желчном пузыре, так как это может спровоцировать желчную колику. Они показаны лицам с гепатитами, некаменными холециститами.

Активированный уголь

Этот препарат жизненно необходим в аптечке, его принимают при вздутии живота, при всех видах отравления, кишечных расстройствах, аллергии и других состояниях, он не имеет противопоказаний и побочных эффектов.

Также к препаратам местного действия относят антисептики, которые совершенно необходимо иметь дома. Бриллиантовый зеленый, настойка йода, перманганат калия служат надежными средствами при обработке случайных ран.



Аптечка первой медицинской помощи

При ожогах великолепный эффект отмечен при нанесении на ожог пантенола — пенообразного мазевго препарата.

Обязательно нужно иметь дома и спазмолитики (ношпу), которые применяют при коликах (печеночной, почечной), менструальных болях, гипертонии, принимать их можно как в форме таблеток, так и в виде инъекций.

Антибиотики, напротив, иметь дома не следует, прием их всегда сопровождается нарушениями функционирования разных органов и систем, они имеют много противопоказаний и могут применяться



Аптечка матери и ребенка

лишь по назначению врача. Нельзя иметь дома и яды, сильнодействующие средства, особенно если дома есть дети.

Помимо лекарственных препаратов, в домашней аптечке нужно иметь бинты, стерильные салфетки, лейкопластырь, пальчики, стерильную вату. Неплохо, если дома, как и в автоаптечке, будет иметься кровоостанавливающий жгут. Также требуется наличие стерильных одноразовых шприцев на 2 и 5 мл и спирта для обработки кожи перед инъекцией. Лицам с гипертонией нужно иметь дома тонометр для постоянного контроля артериального давления.

Аптечка первой медицинской помощи

1. Обезболивающие, противовоспалительные, противошоковые средства при травме (ушибах, порезах, вывихах), ранениях, шоке.

1.1. Анальгин 0,5 № 10 (или аналог) — 1 уп.

1.2. Аспирин 0,5 № 10 — 1 уп.

2. Средства для остановки кровотечения, обработки и перевязки ран.

2.1. Жгут кровоостанавливающий — 1 шт.

2.2. Бинт стерильный 10 см × 5 см — 1 шт.

2.3. Бинт нестерильный 10 см × 5 см — 1 шт.

2.4. Бинт стерильный 5 см × 5 см — 1 шт.

2.5. Асептическая противомикробная салфетка для перевязки ран — 1 шт.

2.6. Лейкопластырь бактерицидный 2,3 × 7,2 см или 2,5 × 2 см — 8 шт.

2.7. Салфетки стерильные для остановки капиллярного кровотечения с фурагином 6 × 10 см или их аналог статин — 3 шт.

2.8. Раствор йода спиртовой 5%-ный или бриллиантового зеленого 1%-ный

2.9. Лейкопластырь 1 × 500, или 2 × 500, или 1 × 250 см.

2.10. Вата.

3. Средства при болях в сердце.

3.1. Нитроглицерин (таблетки или капсулы) или нитросорбид — 1 уп.

3.2. Валидол (таблетки или капсулы) — 1 уп.

4. Средства для сердечно-легочной реанимации.

4.1. Устройство для проведения искусственного дыхания — 1 шт.



- 5. Средства при обмороке (коллапсе).
- 5.1. Аммиака раствор (нашатырный спирт) – 1 флакон.
- 6. Средства для дезинтоксикации.
- 6.1. Уголь активированный в таблетках № 10 – 1 уп. или энтеродез – 2 уп.
- 7. Средства при стрессовых ситуациях.
- 7.1. Корвалол или экстракт валерианы в таблетках № 10 – 1 флакон.
- 8. Ножницы тупоконечные – 1 шт.
- 9. Инструкция – 1 шт.
- 10. Футляр пластиковый – 1 шт.

Аптечка матери и ребенка

- 1. Калия перманганат – 1 флакон.
- 2. Раствор бриллиантового зеленого 1%-ный спиртовой 10 мл – 1 флакон.
- 3. Масло вазелиновое 40 мл – 1 шт.
- 4. Присыпка детская 40 г – 1 уп.
- 5. Крем детский 35–36 г – 1 шт.
- 6. Перевязочные материалы.
- 6.1 Вата хирургическая 50 г – 1 уп.
- 6.2 Бинт марлевый нестерильный – 1 шт.
- 6.3 Лейкопластырь бактерицидный 3,8 см × 3,8 см – 1 шт.
- 6.4 Лейкопластырь бактерицидный 2,3 см × 7,2 см – 1 шт.
- 7. Салфетки стерильные 5 × 5 – 1 уп.
- 8. Мыло детское 100 г, или 150 г, или 200 г – 1 шт.
- 9. Перекись водорода (3%-ный раствор) – 1 флакон.
- 10. Пленка полиэтиленовая – 1 шт.
- 11. Спринцовка с мягким наконечником № 1 – 1 шт.
- 12. Пипетки глазные – 2 шт.
- 13. Стаканчик мерный – 2 шт.
- 14. Термометры.
- 14.1 Термометр стеклянный жидкостной – 1 шт.
- 14.2 Термометр медицинский – 1 шт.

ГЛАВА 2

ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ ОКАЗАНИЯ ПЕРВОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ

Подкожные инъекции

Подкожный жировой слой богат кровеносными сосудами, поэтому для более быстрого действия лекарства применяются подкожные инъекции. Таким образом вводят растворы лекарств, которые быстро всасываются подкожной клетчаткой и не оказывают вредного действия. Под кожу можно вводить жидкости от незначительного количества до 2 л. Наиболее удобными участками для инъекций являются наружная поверхность плеча, подлопаточное пространство, наружная поверхность бедра, нижняя часть подмышечной области. На этих участках кожа легко собирается в складку, и отсутствует опасность повреждения кровеносных сосудов, нервов и подкожной жировой клетчатки. Не рекомендуется делать инъекции и вливания в места с отеочной подкожной клетчаткой или в уплотнения после предыдущих инъекций.

При недостаточности периферического кровообращения вещества, введенные подкожно, плохо всасываются. Непосредственно перед инъекцией шприц нужно поднять иглой вверх, чтобы вытеснить воздух. Если пузырьки воздуха в растворе мелкие, поршень оттягивают, чтобы они слились в один большой.

! При подкожном введении всасывание лекарства, а следовательно, и проявление терапевтического эффекта происходит быстрее, чем при проглатывании таблетки, но медленнее, чем при внутримышечном или внутривенном. Однако действует оно в этом случае дольше.

ЧТО НЕОБХОДИМО ДЕЛАТЬ



1. Намочить ватный тампон салициловой кислотой или спиртом.



2. Протереть место укола.