

постраждалому.

Принцип четвертий: проведення вторинного огляду

Після того, як ви викликали «швидку допомогу», і тільки коли ви абсолютно впевнені, що постраждалий у стані, який не загрожує його життю, який не потребує безперервного надання допомоги, можна переходити до вторинного огляду.

При вторинному огляді у постраждалого виявляють інші проблеми, які свідчать про необхідність надання першої допомоги. Знову опитайте постраждалого та присутніх про те, що сталося. Якщо постраждалий - дитина, зверніться до її батьків або дорослих, які знаходяться на місці пригоди. Після цього перевірте у постраждалого ознаки життя та проведіть загальний огляд.

До ознак життя відносяться:

Частота пульсу, частота дихання та рівень свідомості. Важливість вторинного огляду полягає у виявленні проблем, які безпосередньо не представляють загрози для життя постраждалого, але можуть мати серйозні наслідки, якщо їх залишити без уваги та надання першої допомоги.

По закінченні вторинного огляду постраждалого, після надання йому першої допомоги продовжуйте наглядати за ознаками життя до прибуття «швидкої допомоги». Стан людини може погіршуватися повільно, і раптово може виникнути серйозна загроза для життя (наприклад, зупинка дихання або зупинка серця). Не заспокоюйте себе думкою, що постраждалий знаходиться в безпеці тільки на основі того, що, на перший погляд, немає ніяких серйозних проблем. Допоможіть людині зберігати спокій та знаходитися в найзручнішому положенні в період очікування.

Бережіть себе та своїх близьких!

ПЕРША ДОПОМОГА



ПРИ ДТП

м. Ужгород

Ви повертаєтесь додому, зупинившись на перехресті, стаєте свідком зіткнення машин. Бачите людину, яка лежить на дорозі і знаходиться у напівнепритомному стані. Що ви будете робити в цьому випадку? Як будете надавати допомогу?

Існують чотири принципи надання першої допомоги при невідкладних ситуаціях, яких слід дотримуватись крок за кроком:

1. Огляньте місце пригоди.
2. Проведіть первинний огляд постраждалого та надайте першу допомогу при стані, що загрожує його життю.
3. Викличте «швидку допомогу».
4. Проведіть вторинний огляд постраждалого та при необхідності надайте допомогу при виявленні інших проблем. Безперервно наглядайте за хворим та заспокоюйте його до прибуття «швидкої допомоги».

Ця послідовність дій забезпечить вашу безпеку, безпеку постраждалого та оточуючих, а також сприяє ефективній роботі особи, яка надає допомогу, цим самим збільшуючи шанси постраждалого на виживання.

Принцип перший: огляд місця пригоди

Як тільки ви визначили, що невідкладна ситуація має місце, та приготувалися діяти, перевірте, чи не загрожує небезпека вам та оточуючим. Уважно огляньте та спробуйте визначити наступне:

1. Чи безпечне місце події?
2. Що трапилося?

3. Скільки постраждалих?
4. Чи в змозі оточуючі вам допомогти?

Коли ви проводите огляд місця події, звертайте увагу на

адамове яблуко (кадик) та перемістіть пальці в заглиблення, яке розташоване з боку шиї. Повільний або слабкий пульс буває важко визначити. Якщо вам цього не вдалося з першого разу, почніть знову з кадика. Коли ви вважаєте, що знайшли вірну точку, щупайте пульс не менше 10 секунд.



Малюнок 4. Для визначення пульсу прощупайте сонну артерію на шиї постраждалого на стороні, яка ближче до вас.

Якщо пульс у постраждалого відсутній, необхідне проведення штучної вентиляції легень з одночасним натискуванням на грудину. Ця процедура зветься серцево-легеневою реанімацією.

Даний принцип включає в себе також виявлення сильної кровотечі. Вона має бути зупинена якнайшвидше.

Іноді у постраждалого може виникнути внутрішня кровотеча. Зовнішня та внутрішня кровотечі небезпечні переходом в шоківий стан. Шок являє собою серйозну проблему, яка виникає при великій втраті крові. При шоківому стані шкіра постраждалого може бути блідою та прохолодною на дотик.

Якщо у постраждалого, який знаходиться без свідомості, визначаються пульс та дихання, не залишайте його лежати на спині. Переверніть постраждалого на бік, щоб його дихальні шляхи були відкриті. Це положення називається стабільним. В цьому положенні язик постраждалого не закриває дихальні шляхи. Крім того, при цьому положенні блювотні маси, слиз та кров можуть вільно виходити з ротової порожнини, не викликаючи при цьому закупорки дихальних шляхів.

Принцип третій: виклик «швидкої допомоги»

Подзвоніть по телефону «103» для виклику «швидкої допомоги» (дзвінок безкоштовний). По можливості пошліть кого-небудь подзвонити в той час, коли ви надаєте допомогу викликати «швидку допомогу», зустріти по дії машину і вказати дорогу до місця, звільнити місце пригоди від транспорту і допитливих та допомогти вам в наданні першої допомоги. Коли поряд з вами нікого немає, голосно покликати на допомогу.

Як тільки ви наблизитесь до постраждалого

Намагайтесь заспокоїти постраждалого. Знаходьтеся на рівні його очей. Розмовляйте спокійно.

1. Скажіть, хто ви такий.
2. Поясніть, що ви пройшли курс першої допомоги.
3. Запропонуйте свою допомогу (отримайте дозвіл постраждалого на надання допомоги).
4. Поясніть, які дії ви готуетесь прийняти.

Перш ніж приступати до надання першої допомоги, вам слід отримати на це дозвіл постраждалого. Постраждалий, який знаходиться при свідомості, має право відмовитися від ваших послуг. Якщо постраждалий без свідомості, вважайте, що ви отримали його дозвіл на проведення заходів першої допомоги.

Принцип другий: проведення первинного огляду (АВС)



Починайте з визначення того, чи при свідомості постраждалий. (мал.1)

Малюнок 1. *Визначення наявності свідомості у постраждалого*

- Гучно спитайте: Вам потрібна допомога?
- Поплескайте в долоні.
- Стисніть трапецієвидний м'яз постраждалого, якщо він не

реагує.

Не штовхайте і не ворушіть постраждалого. Людина, яка не відповідає на зовнішні подразники, може бути без свідомості. Такий стан може представляти загрозу життю. Коли людина втрачає свідомість, м'язи язика розслаблюються, і язик западає, що призводить до непрохідності дихальних шляхів — зупинці дихання і наступній зупинці серця.

В процесі первинного огляду ви також перевіряєте прохідність дихальних шляхів постраждалого, наявність дихання та пульсу.

- Крок перший (А): дихальні шляхи.
- Крок другий (В): дихання.
- Крок третій (С): пульс.

Визначте наявність ознак життя, не переміщуючи постраждалого. Перевертайте постраждалого на спину лише тоді, коли в нього відсутні дихання і пульс. Якщо необхідно повернути постраждалого на спину, підтримуйте його голову так, щоб голова і хребет, по можливості, знаходились на одній осі.

Крок перший: забезпечення прохідності дихальних шляхів

Малюнок 2. *Забезпечення прохідності дихальних шляхів методом закидання голови і підняття підборіддя, при умові, що немає підозри на травму голови і шиї.*



Переконайтесь, що дихальні шляхи постраждалого відкриті. Кожна людина, яка в змозі говорити або кричати, знаходиться при свідомості, і дихальні шляхи в неї відкриті.

Коли постраждалий знаходиться без свідомості, необхідно переконатися в прохідності його дихальних шляхів. Для цього закиньте голову і підніміть підборіддя (мал.2). При цьому язик перестає закривати задню частину дихального горла,

пропускаючи повітря в легені.

Якщо у вас є підозра на травму шиї у постраждалого, використовуйте інший метод для відкриття дихальних шляхів, який має назву «висунення нижньої щелепи без закидання голови».

Якщо в дихальні шляхи попало стороннє тіло, вам спочатку треба його видалити.

Крок другий: перевірка наявності дихання

Наступним кроком є перевірка наявності дихання. Коли постраждалий знаходиться без свідомості, зверніть увагу на присутність у нього ознак дихання. Груді при диханні повинні підніматися і опускатися. Крім того, ви повинні почути і відчутти дихання, щоб бути упевненому, що людина дійсно дихає. Наблизьте ваше обличчя до рота і носа постраждалого,



щоб можна було почути і відчутти повітря при видиху. При цьому спостерігайте за підняттям і опусканням грудної клітки. Робіть це протягом повних 5 секунд (мал.3).

Малюнок 3. Для визначення дихання проведіть зоровий, слуховий і дотиковий контроль протягом 5 секунд

Якщо постраждалий не дихає, ви повинні допомогти йому в цьому шляхом вдування повітря через рот. Стисніть його ніздрі і спочатку зробіть два повних вдування. Потім треба виконувати по одному вдуванню. Подібна процедура зветься штучною вентиляцією легень.

Крок третій: перевірка наявності пульсу

Останньою сходинкою первинного огляду являється перевірка пульсу. Це включає визначення пульсу та виявлення сильної кровотечі і ознак шокового стану.

Коли людина дихає, її серце скорочується, тоді вам не треба перевіряти наявність пульсу. Якщо ж дихання відсутнє, ви повинні нащупати пульс постраждалого. Для визначення пульсу нащупайте сонну артерію на шиї постраждалого зі сторони, яка до вас ближче (мал.4). Для цього знайдіть все те, що може загрожувати вашій безпеці та безпеці оточуючих: оголені електричні дроти, падаючі уламки, інтенсивний дорожній рух, пожежа, дим, шкідливі випаровування, несприятливі погодні умови, занадто велика глибина водойми або сильна течія. Якщо вам загрожує будь-яка небезпека, не наближайтесь до постраждалого. Миттєво викличте «швидку допомогу» та належну аварійну службу або міліцію для отримання професійної допомоги.

Ніколи не наражайтесь на небезпеку, бо станете в ролі другого постраждалого. В ситуації підвищеного ризику допомога повинна надаватися фахівцями служб, які мають відповідну підготовку та спорядження.

Намагайтеся визначити, що сталося. Звертайте увагу на деталі, які можуть вам підказати причини події та отриманих травм. Предмети, такі, як осколок розбитого скла, впала драбина або розлиті пузирки з ліками, здатні пролити світло на те, що сталося. Ці деталі особливо важливі, якщо постраждалий знаходиться без свідомості або свідки події відсутні.

Подивіться, чи немає на місці випадку інших постраждалих. Цілком можливо, що спочатку ви могли їх не помітити.

При дорожньо-транспортній аварії відчинені дверцята автомобіля іноді говорять про те, що другий постраждалий покинув місце події. Якщо один постраждалий стогне від болю або стікає кров'ю, ви можете не помітити другого постраждалого, який знаходиться без свідомості. Легко випустити з виду немовля або маленьку дитину. Завжди дивіться, чи немає інших постраждалих, та коли необхідно, попросайте оточуючих взяти участь в наданні їм допомоги.

Не виключено, що люди, які знаходяться поряд, будуть в змозі розповісти вам про те, що трапилося або чим-небудь допомогти. Якщо на місці випадку знаходиться людина, яка знайома з постраждалим, вона може бути в курсі його захворювань або алергічних реакцій. Оточуючі люди можуть

