



## Тема № 6 «Оказание первой помощи»

июль 2022 год

- Учебные цели:**
- Довести основные признаки нарушения жизненно важных функций организма человека;
  - Ознакомить с порядком оказания первой помощи пострадавшим.

## Правовые основы оказания первой помощи

Приказом Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 4 мая 2012 года № 477н «**Об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий по оказанию первой помощи**» утверждены:

**перечень состояний**, при которых оказывается первая помощь;  
**перечень мероприятий** по оказанию первой помощи.

**Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь:**

1. Отсутствие сознания.
2. Остановка дыхания и кровообращения.
3. Наружные кровотечения.
4. Инородные тела верхних дыхательных путей.
5. Травмы различных областей тела.
6. Ожоги, эффекты воздействия высоких температур, теплового излучения.
7. Отморожение и другие эффекты воздействия низких температур.
8. Отравления.

## Перечень мероприятий по оказанию первой помощи:

1. Мероприятия по оценке обстановки и обеспечению безопасных условий для оказания первой помощи.
2. Вызов скорой медицинской помощи, других специальных служб, сотрудники которых обязаны оказывать первую помощь в соответствии с федеральным законом или со специальным правилом.
3. Определение наличия сознания у пострадавшего.
4. Мероприятия по восстановлению проходимости дыхательных путей и определению признаков жизни у пострадавшего.
5. Мероприятия по проведению сердечно-легочной реанимации до появления признаков жизни.
6. Мероприятия по поддержанию проходимости дыхательных путей.
7. Мероприятия по обзорному осмотру пострадавшего и временной остановке наружного кровотечения.

### Перечень мероприятий по оказанию первой помощи (продолжение):

8. Мероприятия по подробному осмотру пострадавшего в целях выявления признаков травм, отравлений и других состояний, угрожающих его жизни и здоровью, и по оказанию первой помощи в случае выявления указанных состояний.

9. Придание пострадавшему оптимального положения тела.

10. Контроль состояния пострадавшего (сознание, дыхание, кровообращение) и оказание психологической поддержки.

11. Передача пострадавшего бригаде скорой медицинской помощи, другим специальным службам, сотрудники которых обязаны оказывать первую помощь в соответствии с федеральным законом или со специальным правилом.

### Мероприятия по оценке обстановки и обеспечению безопасных условий для оказания первой помощи:

- определение угрожающих факторов для **собственной жизни и здоровья**;
- определение угрожающих факторов **для жизни и здоровья пострадавшего**;
- устранение **угрожающих факторов** для жизни и здоровья;
- прекращение действия **повреждающих факторов** на пострадавшего;
- оценка количества **пострадавших**;
- извлечение пострадавшего из **транспортного средства** или **других труднодоступных мест**;
- **перемещение** пострадавшего.

**Вызов скорой медицинской помощи, других специальных служб**, сотрудники которых обязаны оказывать первую помощь в соответствии с федеральным законом или со специальным правилом осуществляется по номерам телефонов:

**служба спасения – 112.**

**Скорая медицинская помощь:**

со стационарного телефона в офисе - **03**;

с мобильного телефона абонентов **МТС, Мегафон, Tele 2 – 103** или **030**;

с мобильного телефона абонентов **Билайн – 103** или **003**;

с мобильного телефона абонентов **Скай-Линк – 903.**

**Первичную** медицинскую помощь можно получить в здравпунктах НИЯУ МИФИ:

**поликлиника № 1** – ул. Москворечье 6, регистратура тел.: 8(499)324-74-06;

**фельдшерский пункт** – главный учебный корпус Г- 129, тел.: 8(495)788-56-99, доб. 8423;

**дежурный врач (8.00 – 19.45 (без выходных))** тел.: 8(926)011-20-62

## ОРГАНИЗАЦИЯ И ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ ПОСТРАДАВШИМ

**Первая помощь** - это комплекс простейших медицинских действий, направленных на восстановление или сохранение жизни и здоровья пострадавшего, осуществляемых не медицинскими работниками (взаимопомощь) или самим пострадавшим (самопомощь).

Одним из важнейших положений оказания первой помощи является её срочность: чем быстрее она оказана, тем больше надежды на благоприятный исход для пострадавшего.

Поэтому такую помощь своевременно **может и должен** оказать тот, кто находится рядом с пострадавшим.

### **Оказывающий помощь должен знать:**

- основные признаки нарушения жизненно важных функций организма человека;
- общие принципы оказания первой помощи и ее приемы применительно к характеру полученного пострадавшим повреждения;
- основные способы переноски и эвакуации пострадавших.

### **Оказывающий помощь должен уметь:**

- оценивать состояние пострадавшего, диагностировать вид, особенности поражения (травмы), определять вид необходимой первой медицинской помощи, последовательность проведения соответствующих мероприятий, контролировать эффективность, при необходимости - осуществлять коррекцию мероприятий;
- правильно осуществлять весь комплекс экстренной реанимационной помощи, контролировать эффективность, корректировать реанимационные мероприятия с учетом состояния пострадавшего;
- останавливать кровотечение путем наложения жгута, давящих повязок и др., накладывать повязки, косынки, транспортные шины при переломах костей скелета, тяжелых ушибах;
- оказывать помощь при поражениях электрическим током, в том числе в экстремальных условиях, при утоплениях, тепловом, солнечном ударе, при острых отравлениях;
- использовать подручные средства при оказании первой медицинской помощи, при переносе, погрузке, транспортировке пострадавшего;
- определять необходимость вызова скорой медицинской помощи, медицинского работника, эвакуировать пострадавшего попутным (неприспособленным) транспортом, пользоваться аптечкой первой помощи.



## ОСНОВНЫЕ ПРИЗНАКИ НАРУШЕНИЯ ЖИЗНЕННО ВАЖНЫХ ФУНКЦИЙ ОРГАНИЗМА ЧЕЛОВЕКА

**Основными признаками** нарушения жизненно важных функций организма человека являются **потеря сознания, отсутствие пульса, дыхания.**

**Нарушение или отсутствие сознания** можно определить по ширине зрачка. Расширенный зрачок (примерно 5 мм в диаметре) указывает на резкое ухудшение или прекращение кровоснабжения мозга.

**Наличие дыхания** определяют визуально, по подъему и опусканию грудной клетки.

**Работу сердца** можно определить по пульсу на запястье и пульсу на сонной артерии.

**ЗАПОМНИ!** Только **3-4 минуты после остановки** кровообращения существует **реальная возможность реанимировать** человека, сохранив его интеллект.

Оказание помощи следует начинать с восстановления сердечной деятельности и дыхания.

**Как только ты увидел признаки остановки сердца, необходимо:**

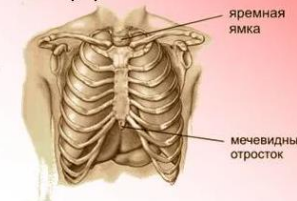
- Повернуть пострадавшего на спину.
- Нанести **прекардиальный удар** - цель которого как можно сильнее сотрясти грудную клетку, что должно послужить толчком к запуску остановившегося сердца

**прекардиальный удар** - это попытка рефлекторного воздействия на миокард путем преобразования механической энергии в электрический потенциал, восстанавливающий нормальный ритм сердца.

### Прекардиальный удар

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ (прекардиальный удар).

1. Уложите пострадавшего на жесткую поверхность, **освободите грудную клетку от одежды**, расстегните пояс.
2. Прикройте мечевидный отросток двумя пальцами. Ещё раз **убедитесь, что нет пульса.**
3. Нанесите удар ребром ладони, сжатой в кулак, по груди с высоты 25-30 см резко, с отскоком, выше мечевидного отростка.
4. Сразу после удара проверьте, **появился ли пульс.** Если пульса нет, удар по груди можно повторить.
5. Если пульс не восстановился, начинайте наружный массаж сердца.



**Нельзя** наносить удар:

- по мечевидному отростку или в область ключиц!
- при наличии пульса на сонной артерии!

## Общая последовательность действий на месте происшествия с наличием пострадавшего



Убедись, что ни тебе, ни пострадавшему ничто не угрожает. Используй медицинские перчатки для защиты от биологических жидкостей пострадавшего. Перемести пострадавшего (при необходимости) в безопасное место



Определи наличие сознания у пострадавшего (**опрос потерпевшего** при отсутствии видимых признаков сознания, **проверка двигательных функций** потерпевшего).



При отсутствии сознания обеспечь проходимость верхних дыхательных путей и проверь признаки дыхания (**запрокидывание головы** с подъемом подбородка; **выдвижение нижней челюсти**; **определение наличия дыхания** с помощью слуха, зрения и осязания; **определение наличия кровообращения**; **проверка пульса** на магистральных артериях).



При отсутствии дыхания вызови (самостоятельно или с помощью окружающих) скорую медицинскую помощь по номеру **03, 103, 112**

# Общая последовательность действий на месте происшествия с наличием пострадавшего



Начни проведение сердечно-легочной реанимации путем чередования надавливаний на грудную клетку и проведения искусственного дыхания



В случае появления признаков жизни у пострадавшего (или в случае, если эти признаки имелись у него изначально) выполни поддержание проходимости дыхательных путей (устойчивое боковое положение)

## РЕКОМЕНДУЕМОЕ СООТНОШЕНИЕ НАЖАТИЙ НА ГРУДИНУ И ВДОХОВ ИСКУССТВЕННОЙ ВЕНТИЛЯЦИИ ЛЕГКИХ (ИВЛ)

### ВНИМАНИЕ!

Рекомендуемое соотношение нажатий непрямого массажа и вдохов ИВЛ **30:2** носит условный характер и **необязательно для точного исполнения**. Однако число надавливаний должно быть **не менее 30**.

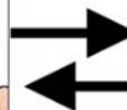
Если будет сделано не 30, а 40 надавливаний, или даже 100, то это никогда **не приведет к фатальной критичности в оживлении**.

Более того, в случаях угрозы инфицирования от выделений изо рта умирающего, следует **проводить только непрямой массаж сердца**.

Если на месте происшествия один очевидец, **то следует проводить только непрямой массаж сердца без вдохов ИВЛ** и через каждые 2-3 минуты (200-300 надавливаний) делать паузу на отдых, **но не более чем на 2 минуты**.

# 30

# 2



### НЕЛЬЗЯ!

Прекращать реанимацию, если есть реакция зрачков на свет и сохраняется розовый цвет кожных покровов.

*Если на месте происшествия один очевидец?*

*В течение 2-3 минут проводить только нажатия на грудину и только затем приступать к вызову скорой помощи.*

*Если в течение 2-х минут не удалось дозвониться до спасательных служб?*

*Прекратить попытку дозваниваться. Продолжить непрямой массаж сердца и через 2-3 минуты повторить попытку вызвать спасательные службы.*

ПАУЗА В ПРОВЕДЕНИИ НЕПРЯМОГО МАССАЖА СЕРДЦА  
**НЕ ДОЛЖНА ПРЕВЫШАТЬ 2-Х МИНУТ.**

## Способы временной остановки наружного кровотечения



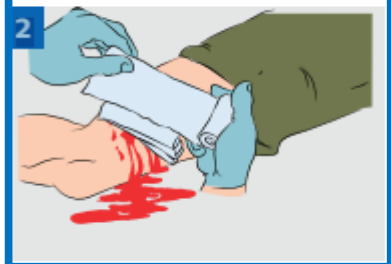
Если пострадавший в сознании, быстро (в течение 1-2 секунд) проведи обзорный осмотр для определения сильного наружного кровотечения.



Выполни остановку кровотечения наиболее подходящим способом или их комбинацией



Выполни прямое давление на рану.



Наложите давящую повязку. Закрой рану несколькими сложенными салфетками или несколькими туго свернутыми слоями марлевого бинта. Туго забинтуй сверху. Если повязка промокает, поверх нее наложите еще несколько плотно свернутых салфеток и крепко надави ладонью поверх повязки.

## Способы временной остановки наружного кровотечения



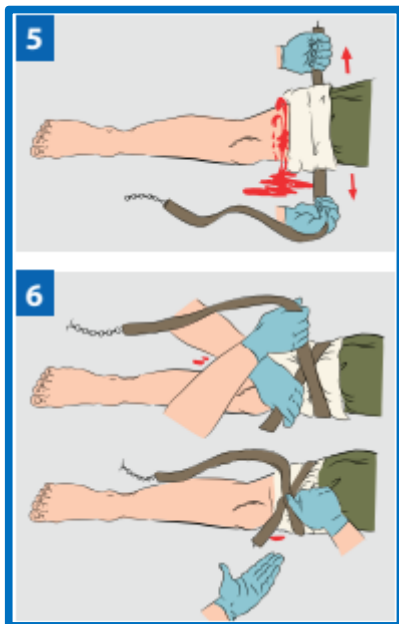
Если давящая повязка и прямое давление на рану неэффективны или сразу было обнаружено артериальное кровотечение из крупной артерии (бедренная, плечевая), выполни пальцевое прижатие артерии. Её следует сильно прижать к кости до остановки кровотечения.

*До наложения жгута не отпускай прижатую артерию, чтобы не возобновилось кровотечение. Если начал уставать, попроси кого-либо из присутствующих прижать твои пальцы сверху*

### Точки прижатия артерий



## Способы временной остановки наружного кровотечения

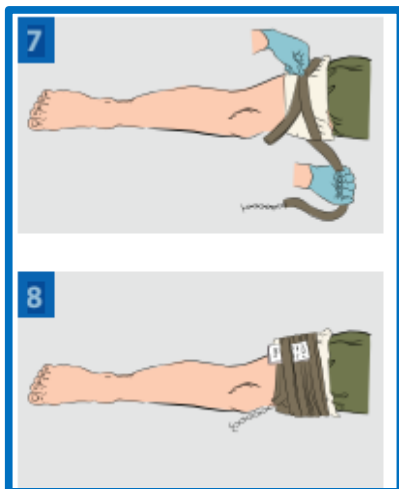


**Жгут—крайняя мера временной остановки артериального кровотечения!**

Наложите кровоостанавливающий жгут. Он накладывается на мягкую подкладку (элемент одежды пострадавшего) выше раны и как можно ближе к ней.

Подведите жгут под конечность и растяните.

Затяните первый виток жгута и убедитесь, что кровотечение из раны прекратилось.

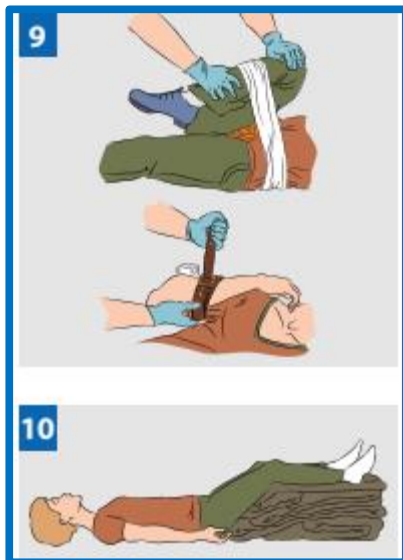


Наложите последующие витки жгута с меньшим усилием по восходящей спирали, захватывая предыдущий виток примерно наполовину.

Вложите под жгут записку с указанием даты и точного времени наложения. Не закрывайте жгут повязкой или шиной! Максимальное время нахождения жгута на конечности **не должно превышать 60 мин. в теплое время года и 30 мин. в холодное.**

**Если** максимальное время наложения жгута истекло, а медицинская помощь недоступна, **сделай следующее:**

1. Осуществи пальцевое прижатие артерии выше жгута.
2. Сними жгут на 15 минут.
3. По возможности выполни массаж конечности.
4. наложи жгут чуть выше предыдущего места наложения (если это возможно).
5. Максимальное время повторного наложения — 15 минут



Эффективно можно остановить наружное кровотечение максимальным сгибанием конечности в суставе. Например, при травме бедра сверток из ткани или несколько бинтов вложи в область паховой складки, нижнюю конечность согни в тазобедренном суставе (притягивая колено к груди) и зафиксируй руками, бинтом или подручными средствами.

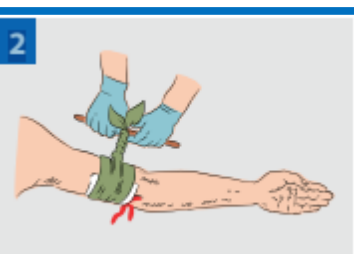
При значительной кровопотере уложи пострадавшего с приподнятыми ногами.

## При отсутствии табельного жгута используй жгут-закрутку:

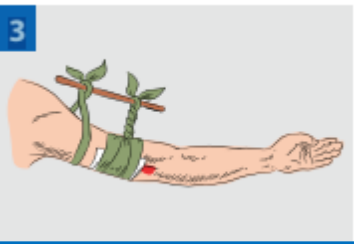


1 Наложить жгут-закрутку из подручного материала (ткани, косынки) вокруг конечности выше раны поверх одежды или подложив ткань на кожу. Завяжи концы его узлом так, чтобы образовалась петля.

Вставь в петлю палку (или другой подобный предмет) так, чтобы она находилась под узлом.



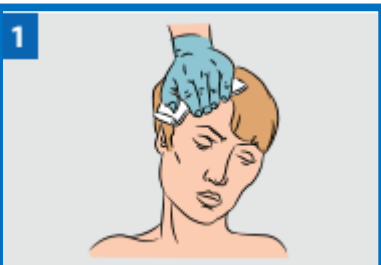
2 Вращая палку, затяни жгут-закрутку до прекращения кровотечения. Закрепи палку во избежание ее раскручивания.



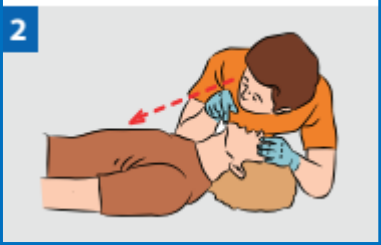
3 Жгут-закрутка накладывается по тем же правилам, что и табельный жгут.



## Первая помощь при травме головы



Останови кровотечение прямым давлением на рану и наложением давящей повязки.  
Вызови (самостоятельно или с помощью окружающих) скорую медицинскую помощь.

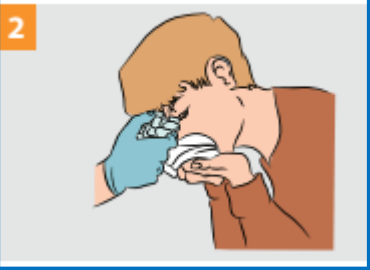


Контролируй наличие сознания и дыхания.

## Первая помощь при носовом кровотечении



При носовом кровотечении усади пострадавшего, слегка наклони его голову вперёд. Сожми крылья носа на 15-20 минут. При этом пострадавший должен дышать ртом!



Приложи к переносице холод (мокрый платок, снег, лед).



Рекомендуй пострадавшему сплевывать кровь (при попадании крови в желудок может развиться рвота).



Если кровотечение в течение 15-20 минут не останавливается, вызови скорую медицинскую помощь.

## Первая помощь при поражении электрическим током



1 Обеспечь свою безопасность. По возможности отключи источник тока. При подходе к пострадавшему по земле иди мелкими шагами



2 Сбрось с пострадавшего провод сухим, не проводящим ток, предметом (палка, пластик). Оттащи пострадавшего за одежду не менее чем на 10 метров от места касания проводом земли или от оборудования, находящегося под напряжением.

*Данные рекомендации относятся к ситуации, если пострадавший попал под действие электрического тока бытового напряжения.*



3 Определи наличие самостоятельного дыхания. При отсутствии признаков жизни приступай к сердечно-легочной реанимации.



4 Вызови (самостоятельно или с помощью окружающих) скорую медицинскую помощь. Проводи сердечно-легочную реанимацию до восстановления самостоятельного дыхания или до прибытия медицинского персонала.



5 После восстановления дыхания (или если дыхание было сохранено) придай пострадавшему устойчивое боковое положение. Обеспечь постоянный контроль за дыханием до прибытия скорой медицинской помощи!

## Первая помощь при термических ожогах

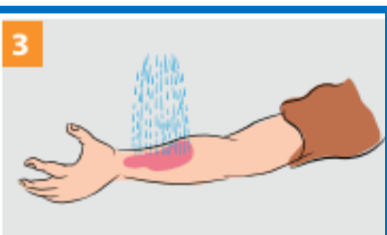


Убедись, что тебе ничего не угрожает. Останови пострадавшего. Уложи его на землю.



Потуши горящую одежду любым способом (например, накрой человека негорючей тканью).

Вызови (самостоятельно или с помощью окружающих) скорую медицинскую помощь.



Охлади ожоговую поверхность водой в течение 20 минут.



**Пузыри не вскрывать. Из раны не удалять посторонние предметы и прилипшую одежду!** Наложите на ожоговую поверхность стерильную повязку и холод поверх повязки. Дайте обильное питье.

## Первая помощь при поступлении токсического вещества через рот



1 Вызови (самостоятельно или с помощью окружающих) скорую медицинскую помощь. Выясни обстоятельства происшедшего (в случае лекарственного отравления предъяви упаковку от лекарств прибывшему медицинскому работнику).

Если пострадавший в сознании, предложи ему выпить 5-6 стаканов воды и вызвать рвоту, надавив двумя пальцами на корень языка. После рвоты промывание повторить. Общий объем принятой жидкости при промывании желудка должен быть 2,5–5 л. Промывание желудка проводить до «чистых промывных вод».

**При отсутствии сознания желудок не промывать**



2 Если пострадавший без сознания, определи наличие у него самостоятельного дыхания.



3 При отсутствии признаков жизни приступай к сердечно-легочной реанимации. Проводи сердечно-легочную реанимацию до восстановления самостоятельного дыхания или до прибытия медицинского персонала.



После восстановления дыхания (или если дыхание было сохранено) придай пострадавшему устойчивое боковое положение.

Обеспечь постоянный контроль за дыханием до прибытия скорой медицинской помощи! Укутай пострадавшего теплыми одеялами, одеждой

## Способы перемещения пострадавших

- При подозрении на повреждение шейного отдела позвоночника — обездвиживание головы вместе с шеей.
- При движении **вверх по лестнице** (при вносе в салон транспорта) пострадавшего переносят **головой вперед**.
- При движении **вниз по лестнице** (при выносе из транспорта) пострадавшего переносят **ногами вперед**.
- При перемещении пострадавшего **с большой потерей крови** его **ноги должны быть выше головы**.
- Несущий пострадавшего **впереди внимательно смотрит под ноги** и сообщает **идущему сзади обо всех препятствиях**.
- Несущий пострадавшего **сзади следит за состоянием пострадавшего** и при необходимости подает команды: «Стоп! Началась рвота!» или «Стоп! Потеря сознания!».

## Состав аптечки первой помощи (автомобильной)



### Бинты:

- нестерильный 5 м × 5 см, 2 шт.;
- нестерильный 5 м × 10 см, 2 шт.;
- нестерильный 7 м × 14 см, 1 шт.;
- стерильный 5 м × 7 см, 2 шт.;
- стерильный 5 м × 10 см, 2 шт.;
- стерильный 7 м × 14 см, 1 шт.

### Лейкопластыри:

- бактерицидный 4 × 10 см, 2 шт.;
- бактерицидный 1,9 × 7,2 см, 10 шт.;
- рулонный 1 см × 250 см, 1 шт.

### Прочее:

- Жгут 1 шт.;
- Перевязочный стерильный пакет 1 шт.;
- Стерильные салфетки 16 × 14 см, 1 шт.;
- Устройство для проведения искусственного дыхания «Рот-Устройство-Рот» 1 шт.;
- Ножницы 1 шт.;
- Медицинские нестерильные одноразовые маски, 2 шт.;
- Медицинские нестерильные перчатки 1 шт.;
- Рекомендации по применению аптечки 1 шт.;
- Футляр 1 шт.



## Состав аптечки первой помощи работникам



### **1. Изделия медицинского назначения для временной остановки наружного кровотечения и перевязки ран**

- 1.1. Жгут кровоостанавливающий 5 м x 5 см — 1 шт.
- 1.2. Бинт марлевый медицинский нестерильный 5м x 5см — 1 шт.
- 1.3. Бинт марлевый медицинский нестерильный 5м x 10см — 2 шт.
- 1.4. Бинт марлевый медицинский нестерильный 7м x 14см — 1 шт.
- 1.5. Бинт марлевый медицинский стерильный 5м x 7см — 1 шт.
- 1.6. Бинт марлевый медицинский стерильный 5м x 10см — 2 шт.
- 1.7. Бинт марлевый медицинский стерильный 7м x 14см — 2 шт.
- 1.8. Пакет перевязочный медицинский индивидуальный стерильный с герметичной оболочкой — 1 шт.
- 1.9. Салфетки марлевые медицинские стерильные не менее 16 x 14 см №10 — 1 уп.
- 1.10. Лейкопластырь бактерицидный не менее 4 см x 10 см — 2 шт.
- 1.11. Лейкопластырь бактерицидный не менее 1,9 см x 7,2 см — 10 шт.
- 1.12. Лейкопластырь рулонный не менее 1 см x 250 см — 1 шт

### **2.1. Изделия медицинского назначения для проведения сердечно-легочной реанимации:**

- 2.1. Устройство для проведения искусственного дыхания «Рот - Устройство - Рот» или карманная маска для искусственной вентиляции легких «Рот - маска» — 1 шт.

### **3. Прочие изделия медицинского назначения:**

- 3.1. Ножницы для разрезания повязок по Листеру — 1 шт.
- 3.2 Салфетки антисептические из бумажного текстилеподобного материала стерильные спиртовые не менее 12,5 x 11,0 см — 5 шт.



3.3 Перчатки медицинские нестерильные, смотровые, размер не менее М — 2 пары  
3.4 Маска медицинская нестерильная 3-слойная из нетканого материала с резинками или с завязками — 2 шт.

3.5 Покрывало спасательное изотермическое, не менее 160 x 210 см — 1 шт.

#### **4. Прочие средства**

4.1. Английские булавки стальные со спиралью, не менее 38 мм — 1 шт.

4.2. Рекомендации с пиктограммами по использованию изделий медицинского назначения аптечки для оказания первой помощи работникам — 1 шт.

4.3. Футляр или сумка санитарная — 1 шт.

4.4. Блокнот отрывной для записей, формат не менее А7 — 1 шт.

4.5. Авторучка.



Контактная информация

115409, г. Москва, Каширское шоссе, д. 31

Телефон: +7 495 788-5699, доб. 9238