

Медицина

Марина Владимировская

Первая помощь

1. Мозоли.

- Если кожа сошла, то надо прижечь зелёной и наложить пластырь. Если она водяная, то надо её аккуратно проткнуть булавкой (предварительно её продезинфицировав) и заклеить пластырем.

2. Вывихи.

- Признак: деформация сустава.
- Могут быть:
 - а) полные (когда суставные поверхности не соприкасаются друг с другом)
 - б) неполные – подвывих (суставные поверхности частично соприкасаются).

- Вывихи:

- а) травматические:
 - открытые
 - закрытые
- б) врождённые
- с) патологические (идёт разрушение ткани вокруг сустава)
- д) привычные (погрешность в лечении)

- Вывихи:

- а) свежие (до 3 суток)
- б) несвежие (до 3 недель)
- с) застарелые (более 3 недель)

- Признаки вывиха:

- а) резкая боль в суставе
- б) деформация сустава
- с) активное движение невозможно, пассивное резко ограничено
- д) укорочение или удлинение конечности

- Первая помощь:

- а) вывих вправлять нельзя!
- б) дать обезболивающее (1 таблетка):
 - анальгин
 - баралгин
- с) наложение шины
- д) при вывихе плечевого сустава: руку прибинтовывают к телу
- е) если открытый вывих, то:
 - промыть перекисью
 - по краям – йодом
 - забинтовать стерильным бинтом

3. Растяжения.

- Растяжение – закрытая травма сустава, характеризующаяся растяжением тканей с полным или частичным разрывом связок.

- Признаки:
 - a) отёк ткани
 - b) сглаженность контуров сустава
 - c) кровоизлияние в окружающих тканях
 - d) боль, ограничивающая движения.
- Первая помощь:
 - a) холод
 - b) наложение эластичного бинта
 - c) йодная сетка (индовазин – мазь от ушибов, синяков и ссадин)
 - d) конечности придают возвышенное положение
 - e) обезболивающее (если необходимо)

4. Переломы.

- бывают
 - a) открытые (есть рана, окружающие ткани повреждены)
 - b) закрытые (нет повреждения тканей)
- Первая помощь при закрытом переломе:
 - a) дать обезболивающее!
 - b) наложить шину
 - необходимо зафиксировать два сустава (выше- и нижележащий)
 - шина накладывается поверх одежды
 - под выступающие косточки (например, лодыжки) подкладываются мягкие валики.
 - Шина должна быть обмотана бинтом
- Первая помощь при открытом переломе:
 - a) обработать рану: промыть одним из растворов антисептиков:
 - раствор фурацилина
 - марганцовка
 - перекись водорода
 - b) края раны обработать йодом
 - c) наложить **Недавнюю стерильную** повязку
 - d) наложить шину, соблюдая все правила её наложения (см. выше).
- Перелом ребра: накладывается тугая повязка
- Перелом бедра: фиксируется три сустава (бедренный, коленный и голеностопный)

5. Ожог.

- Степени ожога:
 - a) I степень - покраснение
 - первая помощь:
 - 1 промыть раствором антисептика или пантенол
 - 2 наложить стерильную повязку при необходимости
 - b) II ст. – появление пузырей
 - первая помощь:
 - (1) обезболивающее (1 таблетку анальгина)
 - (2) пантенол
 - (3) недавняя стерильная повязка

Пузыри лопать и прокалывать нельзя!!! (т.к. вероятность занести инфекцию велика, не усложняйте себе жизнь.)

с) III ст. – часть пузырей лопнула, пузыри с кровью

→ первая помощь

- (1) обезболивающее
- (2) пантенол
- (3) не давящая стерильная повязка

→ при смене повязки:

- (1) промыть раствором марганцовки или фурацилина
- (2) кожу от лопнувших пузырей аккуратно срезать (предварительно необходимо продезинфицировать ножницы раствором антисептика)
- (3) пантенол
- (4) не давящая стерильная повязка

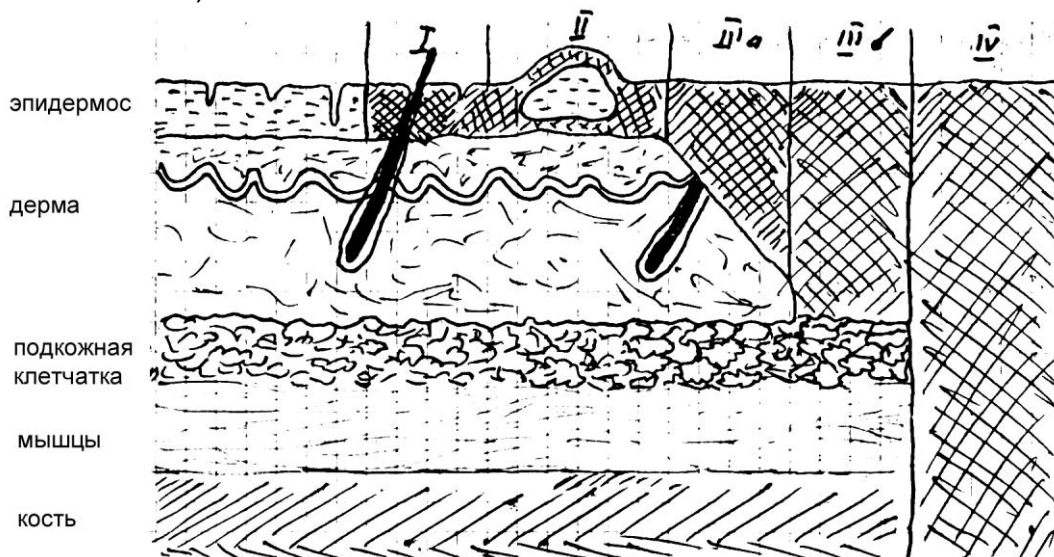
d) IV ст. – обугливание

• Процент ожога:

- a) 1% – ладонь
- b) 9% – рука
- c) 18% – нога
- d) 18% – спина
- e) 18% – грудь
- f) 9% – голова

• Глубина ожога: если человек не чувствует лёгкого укола иголкой, то ожог глубокий, т.к. повреждены нервные окончания

• степени ожога, схема:



6. Тепловой удар.

- общее перегревание организма в результате внешних тепловых факторов
- возникает при
 - a) нарушении теплоотдачи
 - b) повышении теплопродукции
- особенно подвержены:
 - a) дети

- b) лица с сердечно-сосудистой недостаточностью и эндокринными заболеваниями (ожирение)
- при перегревании:
 - увеличивается потоотделение
 - нарушается водно-солевой обмен в организме
 - затрудняется кровообращение
 - кислородное голодание
- степени теплового удара...
 - a) лёгкая степень:
 - общая слабость
 - головная боль
 - тошнота
 - учащённое дыхание (тахипное)
 - тахикардия (учащённый пульс)
 - влажные кожные покровы
 - зрачки расширены
 - температура нормальная или субфебрильная (чуть-чуть повышенная, до 37°)
 - b) средняя степень:
 - резкая слабость
 - сильная головная боль
 - тошнота и рвота
 - оглушённость
 - неуверенность движений
 - пульс и дыхание учащаются
 - кожа гиперемирована (красная)
 - иногда сразу развивается обморок
 - c) тяжёлая степень:
 - нарушение сознания (вплоть до комы)
 - возникают судороги
 - психомоторное возбуждение
 - бред, галлюцинации
 - дыхание поверхностное, учащённое
 - пульс 120-140/мин
 - температура тела повышена до 41-42°С
- первая помощь:
 - a) вынести на площадку...
 - затенённую
 - открытую для ветра
 - b) освободить от одежды
 - c) лицо смачивать холодной водой
 - d) тело охлаждать
 - например, полотенцем

е) обильное питьё

7. Укусы змей.

- На территории России для человека опасны 3 вида змей:
 - а) Гюрза
 - б) Дремучая змея
 - с) Кобра
- В основном → гадюки!
- Укусы змей наиболее опасны для возраста:
 - а) до 17-18 лет
 - б) после 60 лет
- Опасны укусы в местах, где всасывание яда идёт сильнее за счёт обильного кровоснабжения:
 - а) выше колена
 - б) выше локтя
- Периоды наибольшей опасности змей:
 - а) весна (после спячки) – период кладки яиц
 - б) осень
- Признаки:
 - а) При укусе гадюки:
 - две ранки
 - покраснение зоны укуса
 - кожа холодная
 - отёк
 - слабость, вялость
 - синюшность (носо-ротового треугольника; ногтей)
 - пульс слабый, частый
 - тошнота, рвота
 - б) при укусе кобры:
 - две ранки
 - боль и потеря чувствительности
 - анемия, побледнение
 - головокружение
 - потеря сознания
 - двигательный паралич
 - паралич дыхания
 - смерть через несколько минут, но может быть и через несколько часов
- При укусах...
 - а) первая помощь при укусах кобры:
 - антикобрин (сыворотка)!
 - отсосать яд (первые 3-5 мин., потом нет смысла)
 - Искусственное дыхание
 - холод
 - б) первая помощь при укусах любых змей:

- отсосать яд (первые 3-5 минут)
- полный покой, тк:
 - возбуждение → увеличение адреналина в крови → повышение частоты сердечных сокращений → кровь циркулирует быстрее
- холод (через прокладку)
- тугая повязка (от периферии к центру)
- возможно, наложить шину на конечность для иммобилизации
- обильное питьё: тёплое, кисло-сладкое → механическое выведения яда (почки работают активнее, выведение быстрее)

с) нельзя делать:

- прижигать (нельзя!)
- вырезать место укуса (нельзя!)

т.к. зубы у змеи достаточно длинные и соответственно необходимо резать или прижигать на большую глубину!

- накладывать жгут (нельзя!)
- алкоголь (противопоказан!)

d) помощь при укусах других змей (кроме кобры!)

- аспирин ¼ таблетки 2 раза в день
- тавегил 1 таблетка 2 раза в день
- инъекции преднизолона по 2 ампулы 2 раза в день внутримышечно (при тяжёлом состоянии)

8. Укусы животных.

- рана → размер, глубина, повреждение сосудов и нервов, загрязнённость
- помощь:
 - обработка раны:
 - H₂O₂, раствор антибиотика: 1-2 флакона ампиокса развести H₂O для инъекций
 - обезболивающее
 - пострадавшего немедленно доставить в больницу
- существует 2 опасности:
 - a) бешенство
 - b) столбняк

Способы транспортировки пострадавшего:

- жёсткие носилки (перелом позвоночника, ребра)
- мягкие носилки (перелом ноги и т.п.)
- в бухте верёвки
- в рюкзаке
- на замке

Походная аптечка

Общие сведения

- Аптечка для дальнего похода состоит из двух частей:
 - a) экстренная аптечка

- предназначена для оказания неотложной первой медицинской помощи
- представляет собой отдельный блок
- хранится в легкодоступном месте
- при необходимости должна извлекаться в считанные секунды!

b) основная

- содержит все остальные медикаменты, необходимые в походе

• требования к упаковке:

(необходимы для сохранности медикаментов в полевых условиях и удобства использования аптечки)

- Герметизация. Многие медикаменты приходят в негодность при попадании в воду.
- Амортизация ударов. Стекланную упаковку лекарств необходимо предохранять от повреждения с помощью смягчающих удары прокладок из поролона, пенополиуретана и т.д.
- Изоляция стекла. Стекланнные упаковки лекарств надо обклеить пластырем.
- Надписи на лекарствах. На заклеенных стекланных упаковках надо восстановить название лекарства, при необходимости его концентрацию и срок годности.
- Наличие списка с рекомендациями.
- Облегчение веса.
- Удобство переноски вне рюкзака. Кроме жесткой упаковки, аптечку нужно положить в небольшой рюкзак или наплечную сумку для переноски ее отдельно от рюкзака.
- Яркая маркировка аптечки. Аптечка должна быть обозначена хорошо заметным красным крестом.
- Блочная упаковка медикаментов. Лекарства из одной группы (антисептики, перевязка и т.д.) должны лежать в одном месте аптечки, что облегчает их поиск.

Состав аптечек

Список медикаментов походной аптечки приводится с примерным расчетом количества, для группы в 15 участников на 2 недели похода, а также для похода выходного дня (ПВД) в теплое время года.

В графе **количество** для таблетированных медикаментов указано количество таблеток.

Аптечка экстренной помощи!!!

наименование	количество	
	многодневный поход	ПВД
Валидол, табл.	10	10
Нитроглицерин, табл. (*)	1 уп.	
Аммиак (раствор)	1 фл.	1 фл.
Бонин, табл. (*)	1 упак.	
Бинт стерильный	1	2

Бинт нестерильный	1	2
Бинт трубчатый	все номера	
Салфетки стерильные	1 упак.	
Жгут	1-2	1
Пластырь бактериц.	3	3
Пластырь (рулон)	1	1
Полиэтилен	1 пакет	
Перекись водорода	40 мл	40 мл
Йод, р-р спиртовой	1 фл.	1 фл.

Основная аптечка!!!

отдел	наименование	количество	
		многодневный поход	ПВД
1. Перевязочные материалы	Бинт стерильный или ИПП	4	
	Бинт нестерильный	4	
	Бинт эластический	1-2	1
	Салфетки стерильные	2 упак.	
	Пластырь бактериц.	7-12	
	Булавки английские	5-10 шт.	2 шт.
	Вата	1 упак.	
2. Антисептики наружного действия	Перекись водорода 3%	40 мл	
	Спирт этиловый 70%	100 мл	
	Фурацилин, табл.	30	
	Марганцовка, порош.	1 уп.	1 уп.
	Левосин, мазь	1 уп.	
	Пантоцид, табл. (*)	3 уп.	
	Пантенол	1 флакон	1 флакон (*)
Гидроперит, табл.	12		

3. Средства, применяемые при поражении глаз и ушей	Альбуцид, капли	3 тубика	1 тубик
	Софрадекс, капли	1 уп.	
4. Болеутоляющие и жаропонижающие средства	Анальгин, табл.	20	10
	Баралгин, табл.	20	
	Кетанов, табл.	10	
	Солпадеин, табл. (*)	20	
	Аспирин, табл.	20	
	Цитрамон, табл.	18	6
5. Сердечно- сосудистые средства	Валокордин, капли	1 флакон	
6. Противоаллергическ ие средства	Супрастин, табл.	20	
	Фенкарол, табл.	20	10
7. Спазмолитики	Но-шпа, табл.	30	10
	Теоникол, табл. (*)	20	
8. Успокаивающие средства	Реланиум, табл.	10	
	Рудотель, табл.	10	
9. Лекарства, применяемые при болезнях органов дыхания	Пиносол, капли в нос (*)	1 фл.	
	Галазолин, капли в нос	1 фл.	
	Каметон, аэрозоль (*)	1	
	Фарингосепт, табл.	20	
	Либексин, табл.	20	
	Бромгексин, табл.	20	
10. Лекарства, применяемые при болезнях желудка и кишечника	Фестал, драже	30	
	Беллалгин, табл.	10	10
	Интетрикс, капс.	40	
	Фуразолидон, табл.	50	
	Уголь активированный	50 табл.	20
	Сенадексин, табл.	10	
	Имодиум, капс.	20	
	Церукал, табл.	10	

	Регидрон, порошок (*)	4-5 упак.	
11. Противоинфекционн ые средства	Бисептол 480, табл.	20	
	Ампиокс, капс.	30-60	
	Эритромицин, табл.	30-60	
12. Разные средства для наружного употребления	Оксолиновая мазь	1	
	Никофлекс, мазь	1	
	Индовазин, мазь	1	
	Солкосерил, мазь (*)	1	
13. Разные средства для внутреннего применения	Дицинон, табл.	10	
	Фуросемид, таблетки	20	
	Поливитамины (*)	1-2 упак.	
14. Инструменты	Ножницы медицинские	1	1
	Пинцет (*)	1	
	Перчатки латексные	2 пары	
	Термометр медиц. (*)	1	
	Шпатель деревянный	1	1
	Тонометр с фонендоскопом	1	