

ВСТУП

Нещасні випадки, травми та хвороби можуть трапитися з нами раптово і в будь-якому місці. Тому, оперативність надання допомоги часто залежить від людей, що знаходяться поряд з постраждалим (члени сім'ї, колеги, перехожі), особливо якщо вони володіють навичками надання першої допомоги. Перша допомога - це комплекс необхідних заходів, спрямованих на збереження життя та здоров'я постраждалого до моменту надання кваліфікованої медичної допомоги.

ПРИНЦИПИ НАДАННЯ ПЕРШОЇ ДОПОМОГИ

Існує чотири принципи надання першої допомоги, яких треба обов'язково дотримуватися у невідкладних ситуаціях. Ця послідовність дій убезпечить вас, постраждалого та оточуючих людей під час надання першої допомоги, а також сприятиме ефективній роботі рятувника.

1. Огляд місця події.
2. Огляд постраждалого.
3. Виклик швидкої допомоги.
4. Надання першої допомоги.

• ПРИНЦИП ПЕРШИЙ: ОГЛЯД МІСЦЯ ПРИГОДИ

Під час огляду місця події необхідно відповісти собі на такі запитання:

1. Що відбулося?
2. Чи безпечне місце пригоди?
3. Скільки постраждалих?
4. Чи в змозі присутні, якщо вони є, вам допомогти?

Під час огляду місця пригоди звертайте увагу на все, що може загрожувати вашій безпеці (оголені електропроводи, інтенсивний дорожній рух, уламки, які падають, тощо).

Ніколи не ризикуйте, інакше ви можете опинитися у ролі другого постраждалого.

У ситуації підвищеної небезпеки допомога повинна надаватися професійними працівниками служб, які мають відповідну підготовку та спорядження.

- Якщо місце події безпечно, приступайте до надання першої допомоги на місці події.
- Якщо місце події безпечно для вас, але небезпечно для потерпілого, перемістіть постраждалого у безпечне місце.
- Якщо вашому життю або здоров'ю загрожує небезпека, і ви не можете надати першу допомогу, викличте фахівців.

•• ПРИНЦИП ДРУГИЙ: ПРОВЕДЕННЯ ОГЛЯДУ ПОСТРАЖДАЛОГО

Огляд постраждалого виконується з метою виявлення стану, що може загрозувати життю і здоров'ю постраждалого. Під час огляду потрібно перевірити свідомість, дихання постраждалого, а також наявність сильної кровотечі, яку потрібно зупинити в першу чергу.

Крок 1. Перевірка свідомості

- Запитайте у постраждалого, чи потрібна йому допомога, якщо він не відповідає злегка потрясіть його за плечі
- Якщо постраждалий не реагує на питання і дотики – він непритомний.
- Потрібно швидко перевірити наявність дихання.

Крок 2. Перевірка дихання.

Для перевірки дихання звільніть дихальні шляхи постраждалого, закинувши його голову назад та піднявши підборіддя.

Наблизьте ваше обличчя до рота і носа постраждалого так, щоб можна було почути і відчуті повітря під час видиху. При цьому спостерігайте за підняттям та опусканням грудної клітки постраждалого. Визначення проводьте протягом 10 секунд.

Якщо постраждалий дихає, треба покласти його у відновне положення. Постраждалому, який втратив свідомість та не дихає,



Бачу–Чую–Відчуваю

проводять серцево-легеневу реанімацію. Методики викладені у наступних розділах.



... ПРИНЦИП ТРЕТІЙ: ВИКЛИК ШВИДКОЇ ДОПОМОГИ

Спокійно та правильно зроблений виклик забезпечує швидке отримання додаткової допомоги! По можливості попросіть когось телефонувати, в той час як ви самі надаєте допомогу постраждалому. Для виклику швидкої допомоги зателефонуйте за номером 103.

Як викликати швидку допомогу:

1. Представитись (назвати своє ім'я)
2. Назвати місця пригоди (з назвою найближчих вулиць, що перетинаються, орієнтири, назва будівлі) і як до нього під'їхати;
3. Орієнтовний вік постраждалого;
4. Що трапилось з постраждалим;
5. Кількість постраждалих;
6. Характер допомоги, що надається;
7. Повідомте номер телефону, з якого робиться виклик (для зворотнього зв'язку).

Увага! Не кладіть слухавку, якщо не впевнені, що диспетчер зрозумів вас правильно!

Швидку допомогу необхідно викликати за будь-якої із зазначених ситуацій:

- втрата свідомості або рівень свідомості, що змінюється;
- проблеми із диханням (утруднене дихання або його відсутність);
- біль у грудях або відчуття тиснення у грудях;
- сильна кровотеча;
- сильний біль у животі;
- блювота з кров'ю або кров'яні виділення (з сечею, мокротинням);
- отруєння;
- судоми, сильний біль або утруднена мова;
- травми голови, шиї або спини, можливі травми (переломи) кісток;
- раптове порушення руху.