

- на місце розрізу накладіть стерильну пов'язку і зафіксуйте пуповину на тілі дитини стерильним (чистим) бинтом;
- якщо плацента повністю не відійшла, накладіть на місце розрізу стерильну пов'язку.

Догляд за породіллею:

- не намагайтеся самі видалити плаценту. Плацента з пуповиною повинні вийти протягом 20 хвилин. Невелика кровотеча в цьому випадку є нормальною;
- підставте чистий рушник під плаценту і пуповину, що відокремилися, поклавши їх вище або на тому ж рівні, що і новонароджений. Пізніше їх повинен оглянути лікар;
- протріть ділянку навколо піхви і тримайте породіллю під ковдрою.

Догляд за новонародженим:

- переконайтеся в наявності дихання у дитини і стежте, щоб ніздрі були чистими (новонароджені дихають через ніс);
- тримайте дитину в теплі. Протерши новородженого (не намагайтеся вимити немовля) і обгорнувши в чисту тканину, покладіть його на живіт матері.

Увага! Пам'ятайте, що пологи — природний процес, не намагайтеся втручатися в його перебіг!

§ ОБМОРОЖЕННЯ

Обмороження є різновидністю холодової травми. Виникає у певній частині тіла, яка піддається дії холоду, що призводить до замерзання тканин організму. Обмороження може призвести до втрати кистей, ступнів, пальців рук і ніг.

Ознаки та симптоми:

- відсутність чутливості в пошкодженій ділянці;
- заляккання;
- восковий колір шкіри;
- шкіра холодна на дотик;
- зміна кольору шкіри (бліда, почервоніла, жовта, посиніла).

Перша допомога:

- ніколи не розтирайте обморожену частину тіла;

- зігрійте обморожену частину тіла руками або іншими частинами тіла;
- якщо обморожена частина тіла не набуває нормального кольору, занурте її в теплу воду температурою 37–40°C і тримайте протягом 20-30 хвилин.
- забинтуйте пошкоджену ділянку сухою стерильною (чистою) пов'язкою;
- у разі відмороження пальців рук або ніг прокладіть між ними вату або марлю;
- якомога швидше відправте постраждалого до лікаря!

§ НЕВІДКЛАДНІ СТАНИ, ВИКЛИКАНІ ГІПЕРТЕРМІЄЮ (ПЕРЕГРІВАННЯМ)

Тепловий удар

Тепловий удар — небезпечний стан, який виникає якщо ознаки та симптоми теплового перевтомлення залишаються без уваги. Порушується терморегуляція, що призводить до різкого підвищення температури тіла, коли мозок та інші життєво важливі органи не в змозі нормально функціонувати.

Ознаки та симптоми:

- висока температура тіла (іноді досягає 41 °C);
- почервоніла гаряча суха шкіра;
- роздратованість;
- втрата свідомості, що прогресує;
- прискорений слабкий пульс;
- часте поверхневе дихання.

Перша допомога:

- помістіть постраждалого в прохолодне місце;
- дайте йому охолодженої води;
- розстебніть тісний і зніміть просякнутий потом одяг;
- прикладіть прохолодний мокрий компрес, помістивши його в пахову область, в кожную пахвину і на шию. Охолодіть тіло постраждалого мокрими рушниками або простиррадлами, забезпечте вентиляцію.

§ НЕВІДКЛАДНІ СТАНИ, ВИКЛИКАНІ ГІПОТЕРМІЄЮ (ПЕРЕОХОЛОДЖЕННЯМ)

Гіпотермія є загальним переохолодженням тіла, коли організм не в змозі компенсувати втрату тепла.

Ознаки та симптоми:

- тремтіння або озноб (можуть бути відсутніми на більш пізніх стадіях);
- заніміння;
- втрата координації рухів;
- зняковіння, незвична манера поведінки;
- температура тіла нижче 35°C.

Перша допомога:

- викликайте швидку допомогу;
- поступово відігрійте тіло постраждалого, загорнувши його в ковдру або одягніть на нього сухий одяг;
- по можливості прикладіть до тіла постраждалого гарячу грілку (пляшку з теплою водою);
- дайте тепле пиття, якщо постраждалий при свідомості;
- **Увага!** Не зігрівайте постраждалого занадто швидко, це може викликати навантаження на серце;

§ ОТРУЄННЯ

Отруєння відбуваються під час попадання токсичної речовини всередину організму. Отрутою є будь-які речовини, що, потрапляючи в організм, викликають отруєння, захворювання та смерть. Ця речовина може бути прийнята людиною навмисно або випадково.

Ознаки та симптоми:

- хворобливий стан та вигляд постраждалого;
- нудота, блювання;
- пронос;
- біль у грудях або животі;
- порушення дихання;
- пітливість;
- слиновиділення;
- раптові м'язові скорочення;
- судоми;
- опіки навколо рота, на язиці або на шкірі;