

*Первая помощь при отравлении хлором:*

- надеть на пострадавшего противогаз и немедленно вынести его из опасной зоны;
- снять с пострадавшего противогаз и освободить от одежды, стесняющей дыхание;
- в случае рефлекторной остановки дыхания необходимо провести искусственную вентиляцию лёгких.

**проверьте себя**



1. В каком положении должен находиться пострадавший при экстренной эвакуации из зоны массового поражения в лечебное учреждение?
2. Какие вещества принято называть аварийно химически опасными веществами (АХОВ)?
3. На каких предприятиях находятся основные запасы аварийно химически опасных веществ (АХОВ)?
4. Какие аварийно химически опасные вещества являются наиболее распространёнными?
5. Какую надо оказать помощь отравленному хлором в случае рефлекторной остановки дыхания?

**практикум**



1. Запишите в дневник безопасности основные признаки отравления хлором и запомните их.
2. Запишите в дневник безопасности основные признаки отравления аммиаком и запомните их.

**9.3.**

**Первая помощь при травмах  
(практическое занятие)**

**Травма — это повреждение, под которым понимают нарушение анатомической целостности или физиологических функций органов и тканей тела человека, возникшее в результате внешнего воздействия.**

Повреждения делятся на закрытые и открытые (с нарушением кожного покрова). Наиболее распространённым видом травм являются трав-

мы опорно-двигательного аппарата. Такие травмы можно получить при различных обстоятельствах: при падении, ударах, неловком движении, различных авариях.

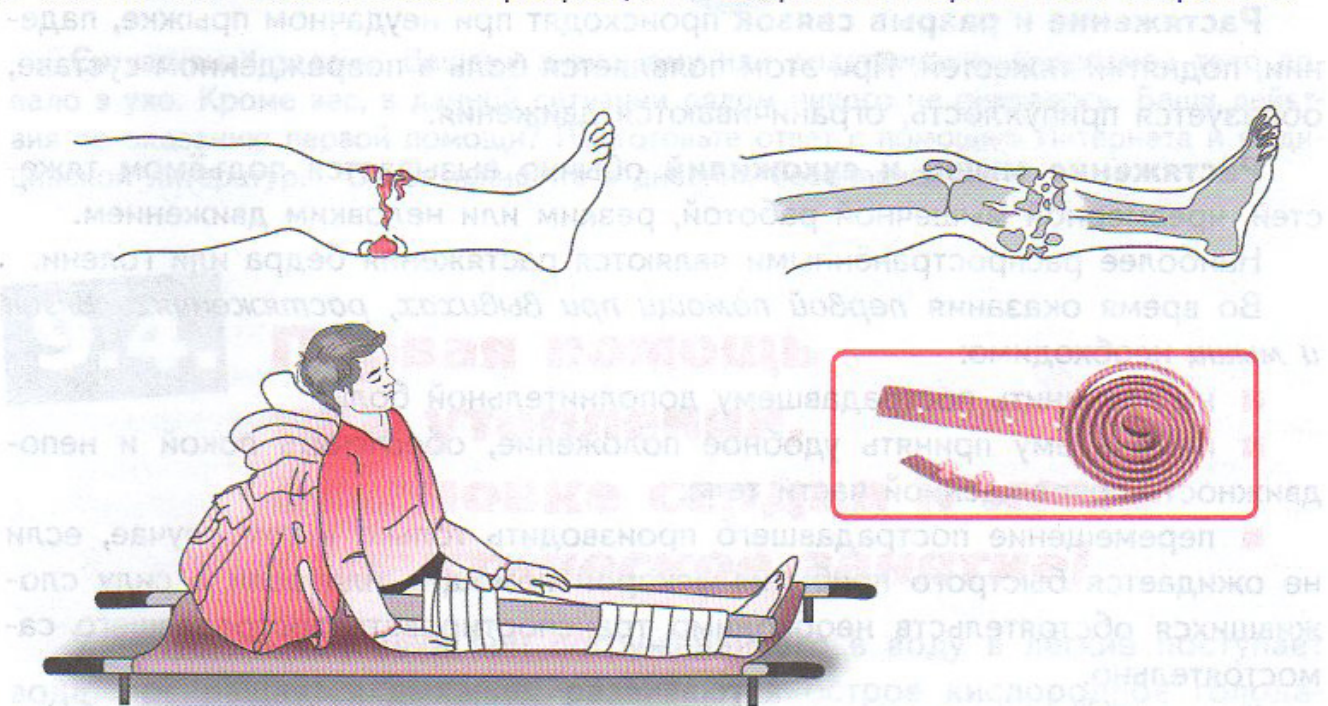
Выделяют четыре основных вида травм опорно-двигательной системы: переломы, вывихи, растяжения и разрывы связок, растяжения или разрывы мышц и сухожилий.

## *Первая помощь при переломах*

**Перелом** — это нарушение целостности кости. Переломы возникают при падениях, ударах, авариях. Они могут быть закрытыми и открытыми. При открытых переломах в месте перелома образуется рана.

*Основные признаки переломов:* боль, припухлость, кровоподтёк и нарушение подвижности конечности. При открытых переломах в ране могут быть видны отломки костей. Перелом, как правило, сопровождается кровотечением. Особенно опасно артериальное.

При оказании первой помощи при переломах в первую очередь выполняют приёмы, которые обеспечивают сохранение жизни пострадавшего и исключают возможность превращения закрытого перелома в открытый.



**Неподвижность в месте перелома обеспечивается наложением специальных шин или подручными средствами с захватом двух близлежащих суставов (выше и ниже места перелома)**

Обеспечивается неподвижность кости в месте её перелома путём иммобилизации конечности.

При открытом переломе сначала остановите наружное кровотечение. Обеспечьте неподвижность места перелома костей с помощью шин или подручных средств (ветка, доска) поверх одежды. Вызовите самостоятельно или с помощью взрослых «скорую помощь». Наложите на рану асептическую повязку. Положите холод (пакет со льдом) на повязку над раной (на болезненное место). По возможности укутайте пострадавшего.

## *Первая помощь при вывихах, растяжениях и разрывах связок, при растяжении мышц и сухожилий*

**Вывихи** возникают при смещении суставных поверхностей костей. При этом нарушается целостность суставной сумки, иногда разрываются связки. *Основные признаки вывихов* в суставах конечностей: боль в суставе, нарушение движений в нём, изменение формы сустава.

**Растяжение и разрыв связок** происходят при неудачном прыжке, падении, поднятии тяжестей. При этом появляется боль в повреждённом суставе, образуется припухлость, ограничиваются движения.

**Растяжение мышц и сухожилий** обычно вызывается подъёмом тяжестей, чрезмерной мышечной работой, резким или неловким движением.

Наиболее распространёнными являются растяжения бедра или голени.

Во время оказания *первой помощи при вывихах, растяжениях связок и мышц* необходимо:

- не причинить пострадавшему дополнительной боли;
- помочь ему принять удобное положение, обеспечить покой и неподвижность повреждённой части тела;
- перемещение пострадавшего производить только в том случае, если не ожидается быстрого прибытия «скорой помощи» или если в силу сложившихся обстоятельств необходимо транспортировать пострадавшего самостоятельно.

При любой травме, за исключением открытого перелома, целесообразно к травмированному месту прикладывать лёд. Холод помогает облегчить боль и уменьшить опухоль.

При растяжении связок и мышц, после того как спадёт припухлость, можно прикладывать тёплые компрессы для ускорения процесса заживления.

**проверьте себя**

1. Чем вызывается растяжение мышц и сухожилий?
2. В каких случаях к травмированному месту прикладывают лёд?
3. С помощью каких средств вы будете обеспечивать неподвижность в месте перелома до приезда «скорой помощи»?

**после уроков**

Запишите в дневник безопасности основные признаки переломов и запомните их.

**практикум**

Ситуативная задача. Вашему знакомому или родственнику инородное тело попало в ухо. Кроме вас, в данной ситуации рядом никого не оказалось. Ваши действия по оказанию первой помощи? Подготовьте ответ с помощью Интернета и медицинской литературы. Ответ запишите в дневник безопасности.

**9.4.**

## **Первая помощь при утоплении, остановке сердца и коме (практическое занятие)**

У тонущего человека при погружении его в воду в лёгкие поступает вода, прекращается дыхание, развиваются острое кислородное голодание и остановка сердечной деятельности. Необходимо как можно раньше извлечь пострадавшего из воды и приступить к оказанию ему первой помощи.

Объём мероприятий первой помощи зависит от тяжести состояния пострадавшего. Если пострадавший находится *в сознании* и у него не нарушено дыхание, то его будет достаточно согреть, напоить горячим чаем и успокоить.