

Первая помощь при травмах

Ушиб конечности



Припухлость и гематома



Легкая боль при движении

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ



В первые сутки прикладываем холод: лед, специальные охлаждающие пакеты, продающиеся в аптеках



Через 24 часа меняем тактику. Место ушиба нужно согреть. Применяем теплые ванны, компрессы и примочки, которые помогут быстрее снять отек и ускорят рассасывание синяка

Если боль долго не проходит, обязательно обратитесь к врачу



Обморожение

1 степень



Покалывания, пощипывания, уменьшение чувствительности

2 степень



Побледнение кожи

3 степень



При сильном обморожении после отогревания могут появиться пузыри

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ



Наложите теплоизоляционную повязку, например: слой марли, слой ваты, снова марлю, прорезиненную ткань или марлю, а сверху оберните шерстяной тканью



К предыдущим мероприятиям добавляем согревание в воде комнатной температуры постепенно повышая её до 35 градусов



При наличии обморожения 3 степени немедленно обратитесь за медицинской помощью



НЕ СЛЕДУЕТ растирать пораженные участки снегом и отогревать их в горячей воде



Сотрясения мозга

Основные симптомы:



Потеря сознания



Провалы в памяти на момент травмы

Головная боль



Головокружение

Тошнота

Слабость, сонливость

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ



Обработать раны
и забинтовать



При потере сознания
уложить на бок с
согнутыми коленями,
руки под голову



При сохранении и нарастании
симптомов обязательно
обратитесь к врачу. При
большом количестве симптомов
немедленно вызывайте скорую!

Перелом

Перелом можно заподозрить
по следующим симптомам:

- острая боль
- неестественное положение руки
или ноги
- быстро нарастающий отек в месте
повреждения

Для открытых переломов
характерно кровотечение, наличие
костных отломков в ране



ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ

При открытом переломе
необходимо остановить
кровотечение



Необходимо обездвижить
сломанную конечность



НЕ пытайтесь самостоятельно
вправить отломки



Вызовите скорую помощь, дайте
любой обезболивающий препарат

