

С 1 сентября 2024 года перечень состояний, при которых необходимо оказывать первую помощь, расширили. Об особенностях нового Порядка необходимо рассказывать работникам на инструктаже.

Как не терять время при оказании помощи

По новому Порядку оказания первой помощи о вызове врачей нужно попросить окружающих лиц, чтобы не отвлекаться от спасения пострадавшего. На инструктаже объясните работникам, что за время, которое они потратят на звонок, состояние пострадавшего может значительно ухудшиться. Запомнить, в какой момент вызывать врачей, поможет алгоритм.

АЛГОРИТМ

Оказание первой помощи



Как выполнить новую обязанность и не навредить себе

Теперь при оказании первой помощи нужно при необходимости помочь пострадавшему принять медпрепараты. Например, у пострадавшего со стенокардией случился сердечный приступ, и он просит подать ему нитроглицерин и воду. Разъясните на инструктаже, что, если работники не хотят отвечать за последствия такой помощи, пусть соблюдают два правила: подают пострадавшему только его таблетки и просят принять лекарство самостоятельно.

Памятки

ОБНАРУЖИЛИ ПОСТРАДАВШЕГО БЕЗ СОЗНАНИЯ

КАК ПОДТВЕРДИТЬ БЕССОЗНАТЕЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ

ПРАВИЛЬНО

Аккуратно потормошить пострадавшего за плечи и громко спросить: «Что с Вами? Нужна ли Вам помощь?». Если реакции нет – значит он без сознания



НЕПРАВИЛЬНО

Давить на болевые точки пострадавшего, хлопать по щекам и т.д. Так вы рискуете нанести ему дополнительные травмы или усугубить состояние



КАК ДЕЙСТВОВАТЬ, ЕСЛИ ОПАСЕНИЯ ПОДТВЕРДИЛИСЬ

Восстановите проходимость дыхательных путей и определите наличие дыхания:

- 1 Одну руку положите на лоб пострадавшего и запрокиньте его голову
- 2 Двумя пальцами поднимите подбородок
- 3 Наклонитесь щекой и ухом ко рту и носу пострадавшего
- 4 В течение 10 секунд пробуйте услышать или почувствовать дыхание, а также увидеть движение грудной клетки



! Если дыхание не появилось или оно судорожное и хриплое, немедленно вызывайте скорую медицинскую помощь и начинайте сердечно-легочную реанимацию

НЕ ОПРЕДЕЛИЛИ ДЫХАНИЕ ПОСТРАДАВШЕГО

Когда пострадавший не дышит или делает это судорожно и с хрипами, организуйте вызов скорой медицинской помощи и проведите сердечно-легочную реанимацию до приезда врачей или появления признаков жизни.

КАК ОРГАНИЗОВАТЬ ВЫЗОВ СКОРОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ

Со сторонней помощью:

- 1 Громко позовите на помощь и обратитесь к человеку, который находится рядом
- 2 Четко и информативно укажите, что нужно сделать. Пример фраз: «Мужчина в голубой футболке. Мне нужна ваша помощь. Человек не дышит. Вызывайте скорую. Сообщите мне, что вызвали»



Самостоятельно:

- 1 Позвоните в скорую медицинскую помощь по номеру 112 или 103 и поставьте телефон на громкую связь
- 2 Сообщите диспетчеру где и что произошло, число пострадавших и их состояние, а также какую помощь оказываете
- 3 Заканчивайте разговор, когда диспетчер подтвердит, что вызов принят

КАК ПРОВЕСТИ СЕРДЕЧНО-ЛЕГОЧНУЮ РЕАНИМАЦИЮ

Надавливания на грудину:

- 1 Положите пострадавшего спиной на твердую поверхность
- 2 В середине грудной клетки пострадавшего поместите свои руки, одна на другой в положении «замок»
- 3 Осуществите 30 надавливаний с частотой 100-120 в минуту на 5-6 см в глубину выпрямленными руками и перпендикулярно плоскости грудины пострадавшего



Искусственное дыхание:

- 1 После 30 надавливаний запрокиньте голову пострадавшего и поднимите его подбородок, чтобы открыть дыхательные пути
- 2 Начните делать искусственное дыхание «Рот-ко-рту» или «Рот-к-носу». В первом случае закройте нос пострадавшего, во втором – рот. Сделайте два вдоха искусственного дыхания, каждый в течение одной секунды, и следите за грудной клеткой
- 3 После двух вдохов переходите к 30 надавливаниям на грудную клетку и чередуйте их с двумя вдохами искусственного дыхания до появления признаков жизни или приезда врачей
- 4 Если дыхание появилось, переведите пострадавшего в устойчивое боковое положение или запрокиньте его голову и поднимите подбородок, чтобы поддерживать проходимость дыхательных путей



! На комплекс из двух вдохов искусственного дыхания тратьте не более 10 секунд, а после всех мероприятий обязательно прополощите рот

УВИДЕЛИ, ЧТО ПОСТРАДАВШИЙ ПОДАВИЛСЯ

Задайте вопрос «Что случилось?». При частичном нарушении проходимости дыхательных путей пострадавший сможет ответить, при полном – будет хватать себя за горло, кивать и шумно дышать.

При частичном нарушении проходимости:

- 1 Объясните, что вдыхать нужно медленно, иначе инородный предмет пройдет глубже
- 2 Предложите пострадавшему откашляться и при этом не поите его водой, не толкайте, не бейте и т.д.



При полном нарушении проходимости:

- 1 Встаньте сбоку и немного сзади пострадавшего
- 2 Одной рукой придерживайте пострадавшего, другой – наклоните вперед
- 3 Основанием своей ладони до пяти раз резко ударьте пострадавшего между лопаток. После каждого удара проверяйте, не выпало ли инородное тело

ЕСЛИ В РЕЗУЛЬТАТЕ УДАРОВ УДАЛИТЬ ИНОРОДНОЕ ТЕЛО НЕ УДАЛОСЬ, ПЕРЕХОДИТЕ К ПРИЕМУ ГЕЙМЛИХА:

- 1 Встаньте сзади пострадавшего и обхватите его обеими руками на уровне верхней части живота
- 2 Сожмите кулак одной из рук и поместите его над пупком пострадавшего большим пальцем к себе



- 3 Второй рукой обхватите пострадавшего, положите руку сверху кулака и сделайте до пяти резких толчков в направлении внутрь и вверх
- 4 Когда результата нет, чередуйте пять толчков приемом Геймлиха с пятью резкими ударами между лопаток



ПОСТРАДАВШИЙ – ТУЧНЫЙ ЧЕЛОВЕК ИЛИ БЕРЕМЕННАЯ ЖЕНЩИНА?

Давите не руками на живот, а предплечьями на нижнюю часть груди



ОКАЗЫВАЕТЕ САМОПОМОЩЬ?

Ударьтесь верхней частью живота о какой-либо выступающий предмет, например, о спинку стула или кресла.

Повторяйте до извлечения инородного тела



! Если пострадавший потерял сознание, начните сердечно-легочную реанимацию и следите, когда инородное тело появится, чтобы извлечь его

ЗАМЕТИЛИ У ПОСТРАДАВШЕГО КРОВОТЕЧЕНИЕ

Если выявили кровотечение во время осмотра пострадавшего, значит оно наружное и его можно попытаться остановить самостоятельно. Внутреннее кровотечение остановит только врач.

КАК ОСТАНОВИТЬ НАРУЖНОЕ КРОВОТЕЧЕНИЕ

Осуществите прямое давление на рану:

- 1 Закройте рану салфетками, бинтом или тканью. Если их нет, наденьте на руки медицинские перчатки
- 2 Надавите рукой на рану с силой, которой достаточно для остановки кровотечения. По возможности, рекомендуйте пострадавшему самостоятельно выполнить мероприятие



Наложите давящую повязку:

- 1 Наложите на рану стерильную салфетку, вскрытый бинт или свернутую ткань
- 2 Другой бинт с усилием оберните вокруг раненой части тела с периодическими перекрутами
- 3 Завяжите свободный конец бинта вокруг конечности, чтобы закрепить повязку
- 4 Если кровь просачивается, наложите новую повязку поверх старой

НЕ ПОМОГЛО? Выполните следующие действия

Наложите эластичный кровоостанавливающий жгут:

- 1 Расположите жгут между раной и сердцем
- 2 Заведите жгут за конечность, растяните его и оберните вокруг
- 3 Останавливает кровь первый тур жгута, остальные накладывайте так, чтобы каждый последующий наполовину перекрывал предыдущий по ширине

ОКАЗЫВАЕТЕ САМОПОМОЩЬ?

Наложите кровоостанавливающий жгут турникетного типа:

- 1 Плотно оберните ленту вокруг конечности, пропустите ее через пряжку и закрепите липучкой
- 2 Поворачивайте вороток жгута до остановки кровотечения
- 3 Зафиксируйте вороток способом, который установил производитель

ВО ВСЕХ СЛУЧАЯХ

- 1 Следите, чтобы жгут не был прикрыт повязкой или одеждой и был на виду
- 2 Укажите в записке точное время наложения и поместите ее под жгут, или сделайте пометку на открытом участке тела пострадавшего
- 3 Имobilизируйте и термоизолируйте конечность, на которую наложили жгут



! Безопасный срок наложения жгута на конечность - 2 часа.
Снимать жгут вне медицинской организации не рекомендуется