

КАК ОКАЗАТЬ ПЕРВУЮ ПОМОЩЬ ПРИ ТЕПЛОВОМ (СОЛНЕЧНОМ) УДАРЕ



- Если у человека повышенная температура тела, влажная бледная кожа, головная боль, тошнота, рвота, головокружение, слабость, потеря сознания, учащенное сердцебиение и дыхание, судороги, значит у него тепловой удар.
- Пострадавшего нужно переместить в прохладное, проветриваемое место (в тень или к открытому окну).
- При отсутствии признаков жизни приступайте к сердечно-легочной реанимации.
- Самостоятельно или с помощью окружающих вызовите скорую медицинскую помощь.
- Проводите сердечно-легочную реанимацию до восстановления самостоятельного дыхания или до прибытия скорой медицинской помощи.
- После восстановления дыхания обеспечьте пострадавшему устойчивое боковое положение и постоянно контролируйте его дыхание до прибытия медперсонала.
- Положите на голову, шею, паховую область смоченные в холодной воде полотенца (салфетки). При судорогах придерживайте голову и туловище пострадавшего, оберегая его от травм.
- При восстановлении сознания напоите пострадавшего прохладной водой.

КАК ОКАЗАТЬ ПЕРВУЮ ПОМОЩЬ ПРИ ТРАВМАХ КОНЕЧНОСТЕЙ



Осмотрите пострадавшего. Если необходима самостоятельная транспортировка до больницы, нужно обеспечить неподвижность места перелома с помощью шин или подручных средств (ветка, доска), наложенных поверх одежды.



Закрепите конечность, обездвижив два соседних сустава, расположенных выше и ниже места перелома. При переломах шину накладывают поверх одежды и обуви.



112
ЕДИНИЙ ТЕЛЕФОН
СПАСЕНИЯ



Министерство здравоохранения
Республики Беларусь

ПОХОДНАЯ АПТЕЧКА: ЧТО В НЕЙ ДОЛЖНО БЫТЬ И КАК ЭТО ИСПОЛЬЗОВАТЬ?



Раствор перекиси водорода - им можно промыть порез или ссадину, чтобы обеззаразить их

Йод - чтобы в ранку не попали бактерии, можно осторожно прижечь ее по краям раствором йода. Только помни, что обильно лить его на кожу, особенно на место, где верхний слой содран ни в коем случае НЕЛЬЗЯ, ты можешь получить очень болезненный ожог!



Марлиевые бинты, вата, ватные палочки - ты можешь использовать их для очищения раны, смазывания порезов и царапин дезинфицирующими и обезболивающими средствами, а также для перевязки

Обычный и бактерицидный лейкопластырь - обычный пластырь ты можешь использовать для закрепления марлевой повязки на ранке, бактерицидным можно заклеить небольшой порез или ссадину

Таблетки активированного угля - их принимают при проблемах с желудком, при пищевых отравлениях, жаропонижающие и обезбаливающие препараты

Помните!

Лекарственные препараты можно принимать только с разрешения врача или родителей!



ЛУЧШИЙ ОТДЫХ

**-
БЕЗОПАСНЫЙ ОТДЫХ**

ВСЕ, ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ О КЛЕЩАХ!

Почему опасны клещи?

КЛЕЩИ - переносчики клещевого энцефалита и боррелиоза, которые могут привести к инвалидности, а иногда и к смерти.

Как защититься от укуса клеша

Меры предосторожности

5–6% клещей — носители клещевого энцефалита и боррелиоза

Если клещ уже укусил

1. Обратиться в травмпункт
2. Если медучреждения далеко, удалить клеща самостоятельно

ниткой или пинзетом → Сохранить клеща и сдать потом на экспертизу

При удалении нельзя:

- касаться клеща незащищенными руками
- сдавливать клеща руками
- мазать место укуса маслом, бензином или керосином

ЯДОВИТЫЕ РАСТЕНИЯ И ГРИБЫ

ЯДОВИТЫЕ РАСТЕНИЯ



КАК ИЗБЕЖАТЬ ОТРАВЛЕНИЯ ЯДОВИТЫМИ РАСТЕНИЯМИ

Не рви красивое незнакомое растение с яркими плодами

Не бери в рот первую попавшуюся ягоду, травинку, листик

После прогулки тщательно вымой руки с мылом

ЯДОВИТЫЕ ГРИБЫ



ПОМНИТЕ!

ЧТОБЫ НЕ ОТРАВИТЬСЯ, НЕ СОБИРАЙ НЕЗНАКОМЫЕ ГРИБЫ, НЕ УПОТРЕБЛЯЙ В ПИЩУ СТАРЫЕ, ИСПОРЧЕННЫЕ, ИМЕЮЩИЕ У ОСНОВАНИЯ КЛУБНЕВИДНОЕ УТОЛЩЕНИЕ.

НЕ ХРАНИ НЕОБРАБОТАННЫЕ ГРИБЫ БОЛЕЕ 24 ЧАСОВ.

Защита от змей

Ежегодно в больницы обращаются по 5–10 человек, ужаленных змей.



ЧЕГО НЕЛЬЗЯ ДЕЛАТЬ ПРИ УКУСАХ ЗМЕЙ

Нельзя ловить и убивать змей.

Нельзя накладывать жгут.
Он не препятствует распространению яда, зато может вызвать омертвление конечностей и гангрену.

Запрещается пить алкоголь.
Он ускоряет распространение яда с кровью по всему телу.

Нельзя прижигать место укуса. При укусе змеи яд проникает глубоко под кожу.

Запрещается накладывать согревающие компрессы и мазать согревающими мазями.



ЗАПОМНИТЕ САМОЕ ГЛАВНОЕ:

Потерпевшего необходимо в кратчайшие сроки доставить в больницу. Если укус в ногу — переносить на носилках.