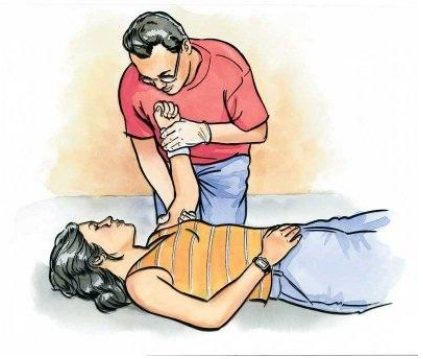


МЕДИЦИНА (ТРАВМЫ,ЗАБОЛЕВАНИЯ)

Профилактика заболеваний и ЧС в походе

1) Личная:

-наличие личной аптечки

-лечение хронических заболеваний

-самоконтроль

-элективно: посещение физ. диспансера, прием поливитаминов

2) **Командная:**

-контроль за сбором аптечки

-оформление страховки

-учет необходимости прививок/защитной одежды

-анкетирование/опрос участников

-контроль самочувствия участников

Общий алгоритм действий при травме

1) **Оценить**: что угрожает мне? Что угрожает ему?

2) **Эвакуировать** пострадавшего (сразу же- если ситуация очень опасна в плане камнепадов, лавин и т.д.)

при травме позвоночника иммобилизовать до транспортировки!

3) **Оценить сознание** (при отсутствии-восстановительное положение)

4) **Оценить дыхание,пульс** (при необходимости-СЛР)

5) **Поддержание проходимости дыхательных путей**

6) **Вторичный осмотр,ПМП**

7) **Оптимальное положение**

9) **Контроль состояния,транспортировка**

Важные аспекты

10) При подозрении на травму позвоночника/ЧМТ- **Метипред по 120 мг в/м каждые 6 часов**

11) **Противошоковые мероприятия**

12) **Назначить антибиотики** (если есть любые открытые травмы)

Устойчивое боковое положение

Кровотечение

1.Виды:

1) артериальное,венозное,капиллярное,смешанное

2)наружное,внутреннее

3) слабое,средней силы,очень сильное

Как остановить слабое кровотечение?

1) Аккуратно прижать к ране салфетки с 3% р-ром перекиси водорода

2) После остановки кровотечения –промыть рану 3% перекисью и наложить повязку

Как остановить кровотечение средней силы?

1) Давящая повязка
2) При намокании повязки сверху кладут еще одну и т.д.
3) Сухой холод (через пакет)

Остановка кровотечения средней силы

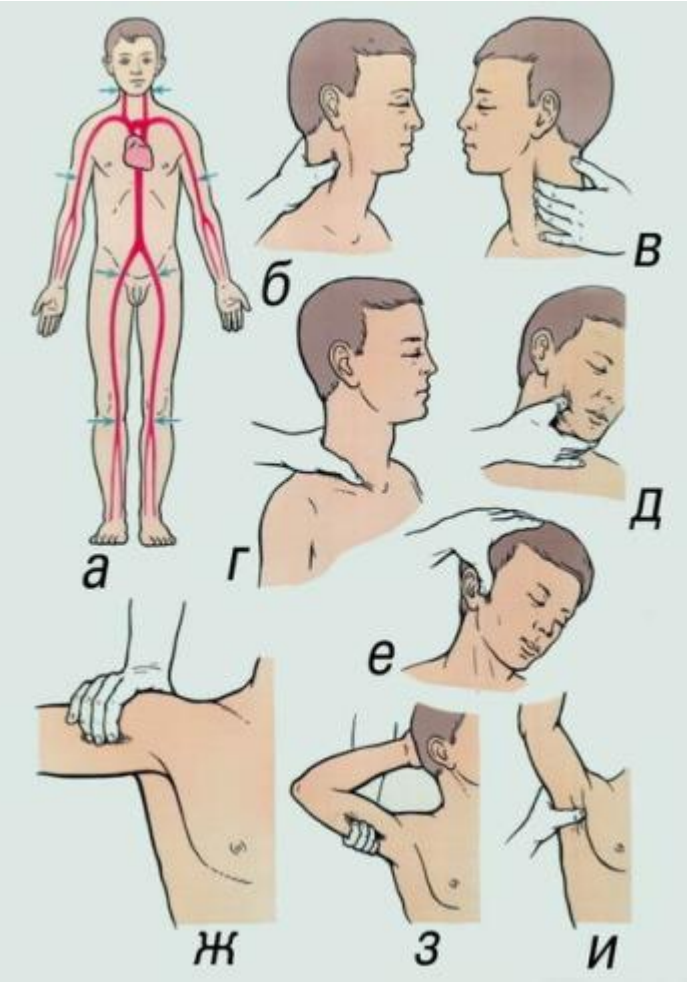
Как остановить артериальное кровотечение?

1) Прижать артерию пальцем или валиком (если кровотечение несильное)
2) Наложить жгут (если кровотечение “фонтаном” или не удалось прижать пальцем)
3) Дополнительные методы остановки кровотечения

Алгоритм действий при пальцевом прижатии артерии

1) Прижать пальцами артерию
2) Дождаться остановки кровотечения
3) Тугая повязка (с валиком) на место кровотечения
4) Если артерия продолжает кровоточить- прижимать ее пальцами во время транспортировки

Пальцевое прижатие артерии

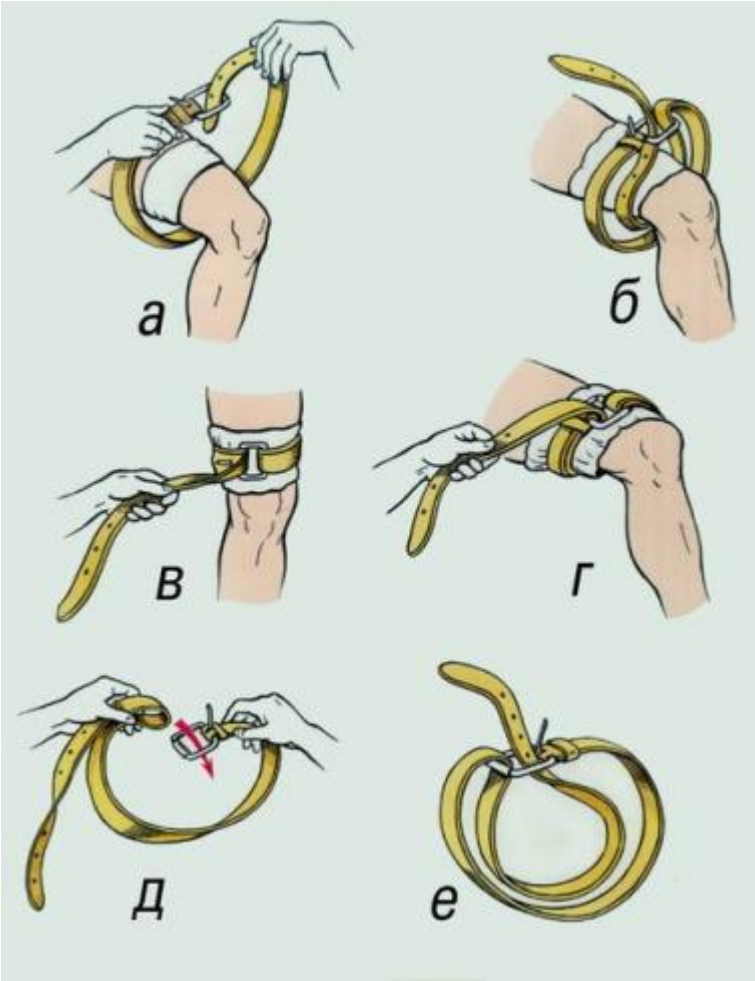


Правила наложения жгута

1) Накладывать “между раной и сердцем”, ближе к ране
2) Нельзя накладывать жгут в средней трети плеча и нижних частях предплечья и голени!
3) Под жгут - мягкую подкладку
4) Зафиксировать конечность
5) Укрыть конечность от холода и солнца
6) На лбу указать время наложения жгута
7) Ослаблять жгут летом каждый час, зимой каждые полчаса
8)Жгут д. б. виден

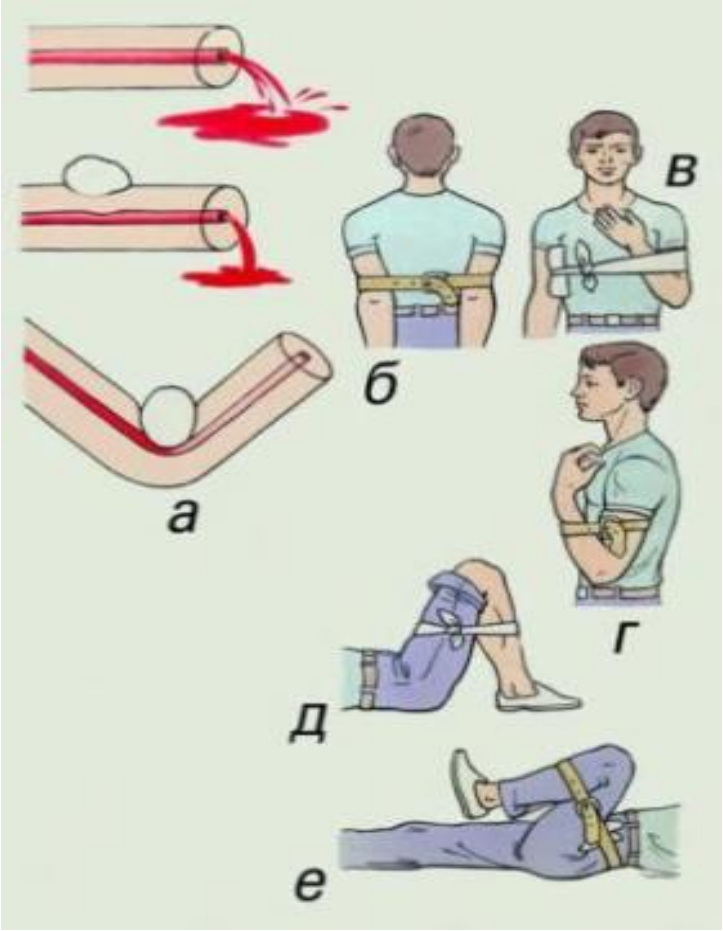
Наложение жгута

Наложение жгута



Наложение жгута на шею

Дополнительные методы



Помощь при внутреннем кровотечении

1) Транспортировка больного с низко опущенной головой
2) Охладить область предполагаемого кровотечения
3) Избегать любого напряжения
4) Давать раствор соли с минимальным количеством воды
5) Тугое бинтование конечностей при угрожающем жизни состоянии

Носовое кровотечение

1) Полунаклонное положение сидя
2) В ноздри- вату с перекисью водорода на 15 мин
3) Холод на переносицу
4) Сплевывать попадающую в рот кровь

Первая помощь при ЧМТ

1) Определить вид

2) При сотрясении ГМ-не давать лекарств,спуск вниз

3) При ушибе ГМ:

-обеспечение проходимости дых.путей

-обезболивание

-согревание

-профилактика инфекции

-транспортировка

Первая помощь при переломах

1) Обезболивание
2) Остановка кровотечения (при открытом)
3) Иммобилизация
4) Транспортировка
5) Поддерживающее лечение

Принципы иммобилизации

1) Шину накладывать на здоровую кожу
2) Не менять положение сломанной конечности
3) Шина должна перекрывать 2 (3 при переломе плеча и бедра) соседних с переломом сустава
4) Шина не должна контактировать с непокрытой кожей
5) Шины накладывать по бокам конечности
6) Шину прибинтовывают прочно,но не туго

А вот как это надо делать

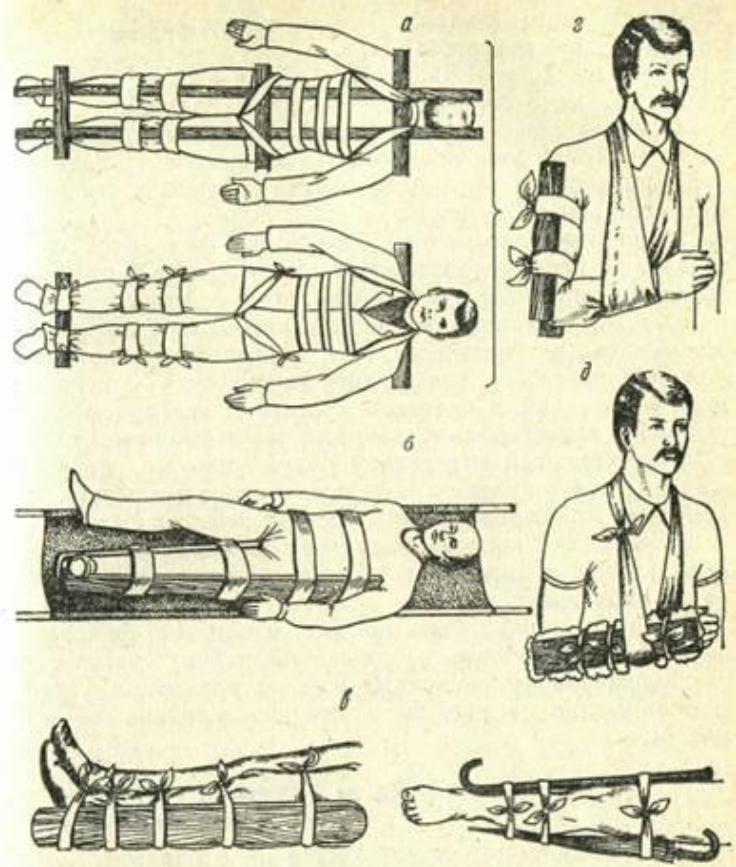
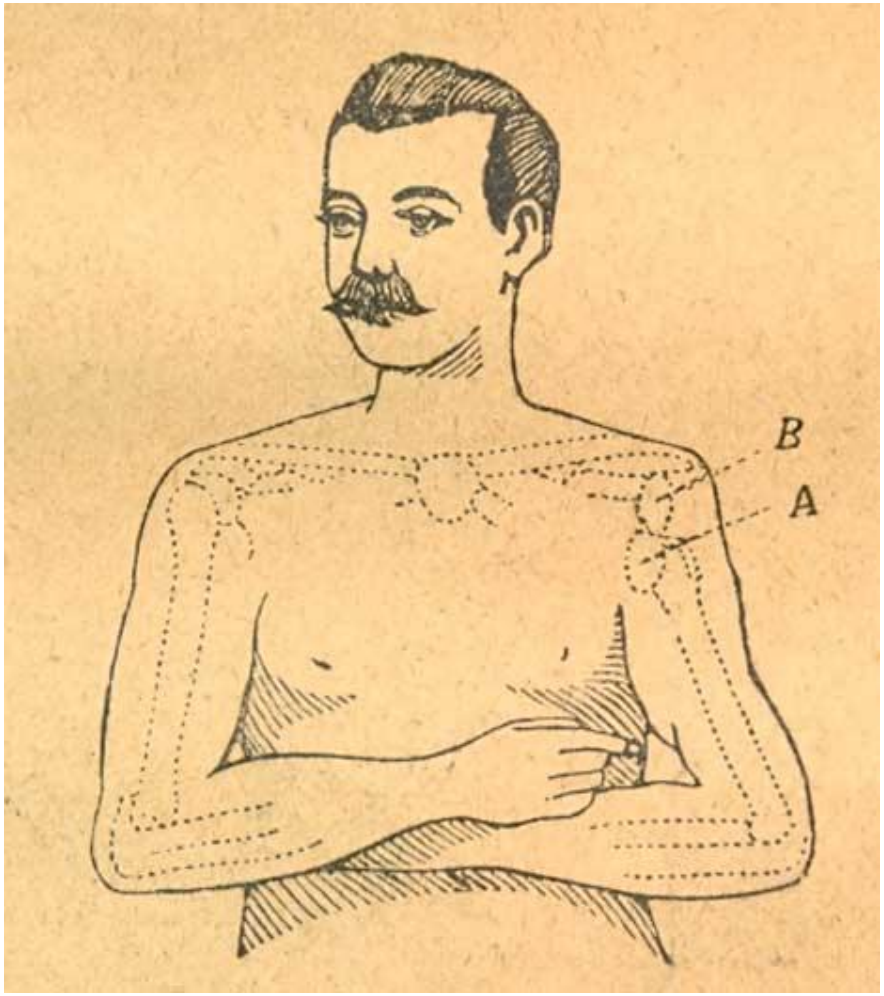


Рис. 61. Наложение импровизированных шин:

а — иммобилизация позвоночника с помощью реек; *б* — иммобилизация перелома бедра при помощи досок; *в* — иммобилизация перелома костей голени с помощью брусьев, палки и зонтика; *г* — иммобилизация перелома плеча с помощью реек; *д* — иммобилизация предплечья с помощью досок.

Вывихи



Признаки вывихов

1) Невозможность движения в суставе
2) Боль
3) Отек
4) Изменение длины конечности

Первая помощь при вывихах

1) Не пытаться вправить самостоятельно!

2) Иммобилизация

3) Холод

4) Обезболивание

5) Транспортировка в лечебное учреждение!

Растяжения

Признаки:

-боль

-припухлость и гематома (синяк)

-нарушение функции

Лечение:

-подозревать вывих/перелом-наблюдение в динамике

-давящая повязка

-холод на место повреждения

-обезболивание: противовоспалительные мази,гели (Диклофенак, Индовазин, Фастум и т.д.)

Ушибы

Кожа целая, однако ткани под кожей повреждены

Подозревать вывих/перелом

Помощь

-первые сутки-**охлаждение** (ледяной компресс)

-вторые сутки-**согревание** (йодная сетка, разогревающие кремы)

-рассасывающие мази (гепатромбин, троксевазин и т.д.)

Потертости, опрелости, мозоли

1. 1. Важность профилактики
2. 2. Лечение

Ожоги

Степени ожогов: I-II-III-IV степень

Признаки:

1) I степень: покраснение

2) II степень:+пузыри с серозным содержимым

3) III степень:+геморрагическое содержимое

4) IV степень:обугливание тканей

ПМП:

1.Местно:пантенол или холод

2.Местно:антибиотики при опасности инфекции

3.Внутрь:обезболивающее,питье,антибиотики

Ожоги

Ожоги глаз

1. Профилактика: правильный подбор очков
2. Лечение: софрадекс,корнерегель,защита от солнца,гигиена

Ожоги от растений

1. Профилактика=знание
2. Купина,борщевик
3. Предварительно очистив кожу,вести как ожоги II степени (химические)

Купина неопалимая

Борщевик

Обморожения

ПМП при обморожениях

I степень:

-постепенное согревание

-обработка антисептиком

-повязка

-транспортировка в л/у

II степень:

-не вскрывать пузыри

-обработка антисептиком

-повязка с антибиотиком,ранозаживляющим

-транспортировка в л/у

Желудочно-кишечные расстройства

Виды:

-Пищевая интоксикация

-Вирусная инфекция

-Бактериальная или протозойная инфекция

ПМП при отравлениях

1.Очищение организма,отдых
2.Лечение:
-сорбенты
-диета
-ферменты
-борьба с обезвоживанием
3.При признаках кишечной инфекции:
+антибиотики
+жаропонижающие
+транспортировка в мед. учреждение

Помощь при простудных заболеваниях

1) В самом начале простуды- ударная доза витамина С- (не более 5 мг)
2) Насморк-сосудосуживающие капли (нафтизин)
3) Боль/саднение в горле/сиплость голоса- Грамидин,Анти-Ангин,Гексорал,полоскания фурацилином/хлоргексидином
4) Сухой горловой кашель:Гексорал,Ингалипт
5)Сухой и мокрый грудной кашель: АЦЦ
6) Температура больше 38.5-антибиотики

Боли в области сердца

1) Установление характера и причины
2) При подозрении на отек легких-транспортировка вниз,нифедипин
3) При подозрении на стенокардию-нитроглицерин с повтором,при отсутствии эффекта-подозревать инфаркт
4) При подозрении на ВГСД-валидол
5)+исключить язву желудка,грыжу отверстия диафрагмы

Обмороки и предобморочные состояния

1) Причина: ВГСД, переутомление,сопутствующие заболевания

2) ПМП:

-положение лежа с приподнятыми ногами

-расстегнуть стесняющую одежду

-протереть лицо холодной водой/нашатырь на кожу висков

Виды ран и их обработка

Виды ран,встречающиеся в походе:

-рваные

-колотые

-резаные

-укушенные

-ушибленные

-размозженные

смешанные

Лечение:

-обработка антисептиками,повязка

-профилактика столбняка

Укусы

Виды укусов:

-Укусы змей(гадюка)

-Укусы насекомых (пчелы,шмели,пауки)

-Укусы клещей

-Укусы животных (собаки,лисицы)

ПМП при укусе змеи

1)Тугое бинтование выше места укуса

2) Иммобилизация

3) Обильное питье

4) Вызывание рвоты при дурноте

5) Транспортировка в л/у

Нельзя:

-высасывать яд

-прижигать рану

-накладывать жгут

ПМП при укусе клеща

1)Извлечь клеща из кожи

2)Обработать место укуса антисептиком

3) Если есть возможность-транспортировка клеща в л/у

4) Самоконтроль

+Профилактика

ПМП при укусе каракурта

1)″Выдавливание″ яда из ранки

2) Прижигание ранки

3) Малое кол-во питья

4) Обезболивание

Каракурт

ПМП при укусе собаки

1)Обработать место укуса щелочным раствором/спиртом

2) Проверка собаки

3) При необходимости-прививки (столбняк,бешенство)

Спасибо за внимание!