

# **РУКОВОДСТВО ПО ОКАЗАНИЮ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ**

## **ЦЕЛЬ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ**

Цель первой помощи – спасти жизнь пострадавшего на месте несчастного случая, избежать ухудшения его состояния и позаботиться о получении дополнительной помощи специалиста.

Пострадавший работник или внезапно заболевший нуждается в немедленной помощи. Каждый из нас может сделать что-либо для того, чтобы помочь пострадавшему. Если оставить пострадавшего без помощи, это может существенно ухудшить его состояние.

## **КАК ВЕСТИ СЕБЯ ДО ПРИБЫТИЯ СКОРОЙ ПОМОЩИ?**

Помните, что оказывающий первую помощь должен действовать **спокойно и целенаправленно!**

## **ТЕЛЕФОНЫ НЕОТЛОЖНОЙ ПОМОЩИ:**

**СКОРАЯ ПОМОЩЬ 112**

**ПОЛИЦИЯ 110**

**ПОЖАРНАЯ СЛУЖБА 112**

Если Вы просите о помощи по телефону, то говорите **СПОКОЙНО И ЯСНО**, отвечайте на все вопросы – таким образом Вы передадите точную информацию и получите помощь быстрее всего.

**Сообщите как можно точнее:**

- Что случилось
- Где случилось (точный адрес или описание места происшествия)
- С кем случилось (количество пострадавших)
- Дождитесь ответных вопросов

**НЕ ПРЕКРАЩАЙТЕ РАЗГОВОР ДО ТЕХ ПОР, ПОКА НЕ ПОЛУЧИТЕ РАЗРЕШЕНИЯ НА ЭТО!**

## **ПРИНЦИПЫ ДЕЙСТВИЙ ПРИ НЕСЧАСТНОМ СЛУЧАЕ НА ПРОИЗВОДСТВЕ**

При несчастном случае на производстве необходимо начать действовать до того, как на место придут специалисты-профессионалы. Каждый работник должен знать принципы действий, необходимых для оказания эффективной помощи пострадавшему на месте несчастного случая.

**ПРЕЖДЕ ВСЕГО ОСМОТРИТЕ МЕСТО НЕСЧАСТНОГО СЛУЧАЯ И ВЫЯСНИТЕ:**

**НЕТ ЛИ ЧЕГО-ЛИБО, ЧТО УГРОЖАЕТ ВАМ ИЛИ ПОСТРАДАВШИМ** (опасность возгорания или обрушения и т.д.)

**СКОЛЬКО ЧЕЛОВЕК ПОСТРАДАЛО**

**В СЛУЧАЕ НЕОБХОДИМОСТИ ОБОЗНАЧЬТЕ МЕСТО НЕСЧАСТНОГО СЛУЧАЯ** (в случае дорожно-транспортного происшествия, напр. аварийным треугольником или включенными аварийными сигналами)

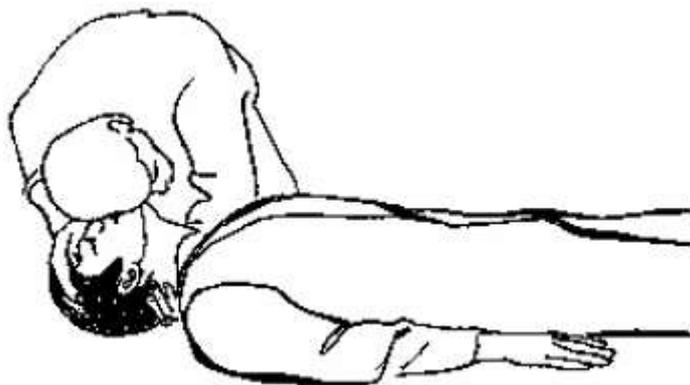
## **ПРОВЕРЬТЕ, В СОЗНАНИИ ЛИ ПОСТРАДАВШИЙ**

Для проверки сознания пострадавшего заговорите с ним. Спросите его имя и на что он жалуется. Находящийся в сознании человек ответит на все вопросы, человек без сознания на вопросы не ответит.

**ПОСТРАДАВШЕГО В ТЯЖЕЛОМ СОСТОЯНИИ И БЕЗ СОЗНАНИЯ УЛОЖИТЕ В ПОЛОЖЕНИЕ НАБОК**

**ВО ИЗБЕЖАНИЕ ОХЛАЖДЕНИЯ УКРОЙТЕ ТЕПЛО ПОСТРАДАВШЕГО, ПО ВОЗМОЖНОСТИ ИЗОЛИРУЙТЕ ЕГО ОТ ХОЛОДНОЙ ПОВЕРХНОСТИ**

**У ЧЕЛОВЕКА, НАХОДЯЩЕГОСЯ БЕЗ СОЗНАНИЯ, ПРОВЕРЬТЕ ДЫХАНИЕ**



- Ухом Вы услышите дыхание
- Щекой Вы почувствуете движение живота
- Глазами Вы увидите, двигается ли грудная клетка пострадавшего в такт дыханию

**ПОСТРАДАВШЕГО БЕЗ СОЗНАНИЯ, КОТОРЫЙ ДЫШИТ, УЛОЖИТЕ В ПОЛОЖЕНИЕ НАБОК**



В положении на боку язык под своей тяжестью вываливается вперед и таким образом дыхательные пути остаются открытыми.

## **ИСКУССТВЕННОЕ ДЫХАНИЕ И МАССАЖ СЕРДЦА**

**У НАХОДЯЩЕГОСЯ БЕЗ СОЗНАНИЯ ПОСТРАДАВШЕГО, КОТОРЫЙ НЕ ДЫШИТ, НЕОБХОДИМО ОСВОБОДИТЬ ДЫХАТЕЛЬНЫЕ ПУТИ**



Дыхательные пути закрыты



Дыхательные пути открыты

**ЕСЛИ ПОСТРАДАВШИЙ НЕ ДЫШИТ, ТО ДЕЛАЙТЕ ДЫХАНИЕ РОТ В РОТ!**

ОСВОБОДИТЕ ДЫХАТЕЛЬНЫЕ ПУТИ ПОСТРАДАВШЕГО И В СЛУЧАЕ НЕОБХОДИМОСТИ ОСВОБОДИТЕ ПОЛОСТЬ РТА ОТ ИНОРОДНЫХ ТЕЛ (зубные протезы, рвотные массы и пр.).

ЗАКРОЙТЕ СВОИМИ ПАЛЬЦАМИ НОС ПОСТРАДАВШЕГО. ПОЛНОСТЬЮ ОХВАТИТЕ ГУБАМИ РОТ ПОСТРАДАВШЕГО И ВДОХНИТЕ 2 РАЗА ВОЗДУХ В ЛЕГКИЕ ПОСТРАДАВШЕГО. ПРОВЕРЬТЕ ПУЛЬС (см. следующую страницу).

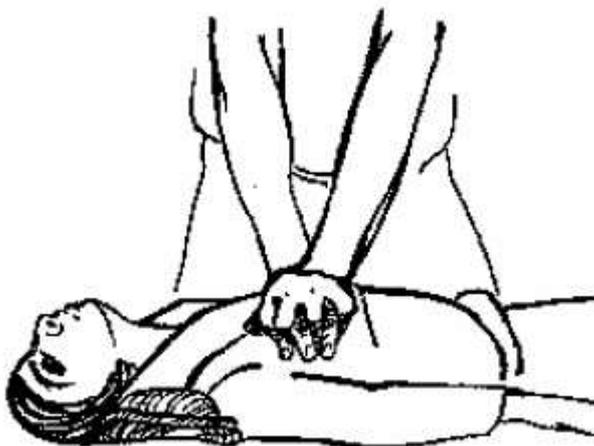
ЕСЛИ ПУЛЬС ЕСТЬ, ТО ПРОДОЛЖАЙТЕ ВДЫХАТЬ ВОЗДУХ В ЛЕГКИЕ ПОСТРАДАВШЕГО С ЧАСТОТОЙ 12-16 РАЗ В МИНУТУ.

ПУЛЬС ПРОВЕРЯЙТЕ У СОННОЙ АРТЕРИИ. ЕСЛИ ПУЛЬС ОЩУЩАЕТСЯ, ЗНАЧИТ СЕРДЦЕ ПОСТРАДАВШЕГО РАБОТАЕТ. ЕСЛИ ПУЛЬС НЕ ОЩУЩАЕТСЯ, ТО НЕОБХОДИМО НЕМЕДЛЕННО ПРИСТУПАТЬ К МАССАЖУ СЕРДЦА!

ДЛЯ МАССАЖА ПОЛОЖИТЕ СВОИ РУКИ НА НИЖНЮЮ ТРЕТЬ ГРУДНОЙ КЛЕТКИ, СОХРАНЯЯ ЛОКТЕВЫЕ СУСТАВЫ ВЫПРЯМЛЕННЫМИ. МАССИРОВАТЬ НУЖНО РИТМИЧНЫМИ ТОЛЧКАМИ (НАЖАТИЯМИ) 80-100 РАЗ В МИНУТУ.



**ВН! ПОСТРАДАВШИЙ ДОЛЖЕН ЛЕЖАТЬ НА ТВЕРДОЙ ПОВЕРХНОСТИ!**



**ПРИ РЕАНИМАЦИИ В ОДИНОЧКУ**

2 РАЗА ВДОХ

15 РАЗ МАССАЖ СЕРДЦА

**ПРИ РЕАНИМАЦИИ ВДВОЕМ**

1 РАЗ ВДОХ

5 РАЗ МАССАЖ СЕРДЦА

**Оказание помощи необходимо продолжать до восстановления дыхания и пульса или до прибытия скорой помощи!**

### **КРОВОТЕЧЕНИЯ**

Если у пострадавшего сильное кровотечение из ран, то его необходимо немедленно остановить всеми подручными средствами.

- УЛОЖИТЕ ПОСТРАДАВШЕГО
- ЗАЖМИТЕ РАНУ СВОИМИ ПАЛЬЦАМИ
- ПОДНИМИТЕ КОНЕЧНОСТЬ ВВЕРХ (выше сердца)
- НАЛОЖИТЕ НА РАНУ ЖГУТ



НАКЛАДЫВАЯ ЖГУТ, ИСПОЛЬЗУЙТЕ ДРУГОЙ РУЛОН ЖГУТА ДЛЯ ОКАЗАНИЯ ДАВЛЕНИЯ НА РАНУ



ЕСЛИ ПОСТРАДАВШИЙ БЛЕДЕН, ТО ПОДНИМИТЕ НОГИ ПОСТРАДАВШЕГО ВЫШЕ ПОВЕРХНОСТИ ЗЕМЛИ, ТАКИМ ОБРАЗОМ НАХОДЯЩАЯСЯ В НОГАХ КРОВЬ ПОЙДЕТ НА ЗАЩИТУ ЖИЗНЕННО ВАЖНЫХ ОРГАНОВ

ВО ИЗБЕЖАНИЕ ПЕРЕОХЛАЖДЕНИЯ ТЕПЛО УКРОЙТЕ ПОСТРАДАВШЕГО

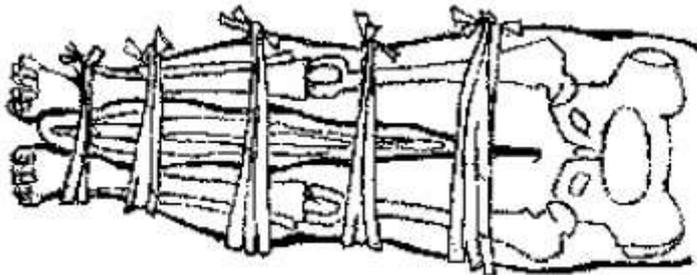
### **ПЕРЕЛОМ**

Если положение конечности ненормальное, то это перелом. В случае переломов костей ног:



УЛОЖИТЕ ПОСТРАДАВШЕГО

ДЕРЖИТЕ ПОВРЕЖДЕННОЕ МЕСТО НЕПОДВИЖНЫМ ПРИ ПОМОЩИ СВОИХ РУК ДО ПРИБЫТИЯ СКОРОЙ ПОМОЩИ  
ИЛИ НАЛОЖИТЕ НА ПОВРЕЖДЁННУЮ НОГУ ШИНУ ПУТЕМ ПРИВЯЗЫВАНИЯ ЕЕ К ЗДОРОВОЙ НОГЕ



ПОВРЕЖДЕННУЮ РУКУ ЗАКРЕПИТЕ К ТЕЛУ



## ЭЛЕКТРОТРАВМЫ

Причиной несчастных случаев на производстве, происходящих с электричеством, обычно является халатное обращение с неисправными электроприборами. Тяжесть последствия удара током зависит от напряжения электрического тока и от силы тока.

### **Признаки:**

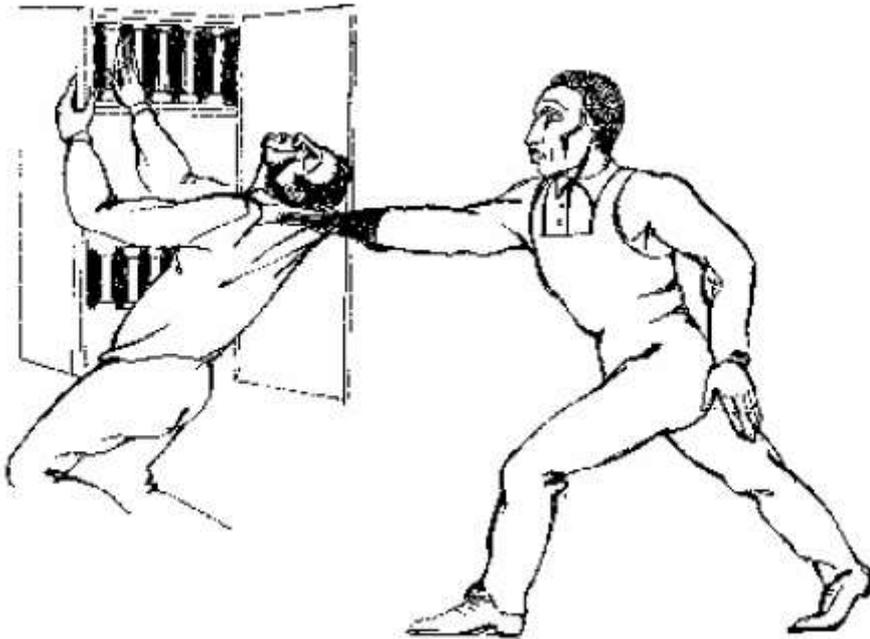
- Мышечная боль;
- Застывание в проводах;
- Ожог;
- Потеря сознания;
- Остановка сердца, прекращение дыхания.

### **Требования безопасности к оказывающему помощь:**

Жертва находится под напряжением до тех пор, пока она связана с цепью тока. Стремящийся оказать помощь человек всегда должен заботиться о собственной безопасности. Следует помнить, что:

- мокрая одежда, мокрая поверхность земли и влажная окружающая среда хорошо проводят электричество,

- резиновые перчатки и резиновая обувь – хорошие средства защиты,
- сухое дерево, сухая ткань и, например, сухая газета – изоляторы со средними свойствами.



Пострадавшего можно оттащить также, схватив его за одежду. Избегать соприкосновения с обнаженными частями тела пострадавшего.

Для того, чтобы отделить пострадавшего от проводов с током напряжением до 1000 вольт, необходимо использовать предмет, который не проводит электрический ток, - обломок доски, палку и т.д.

### **Руководство к действиям в случае удара током высокого напряжения**

Удар током высокого напряжения получают при соприкосновении с проводами высокого напряжения. В случае, если провод высокого напряжения рвется и падает, возникает опасная зона на поверхности земли в радиусе 25 метров вокруг него. Электрический ток возможно отключить только на подстанции.

### **ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ**

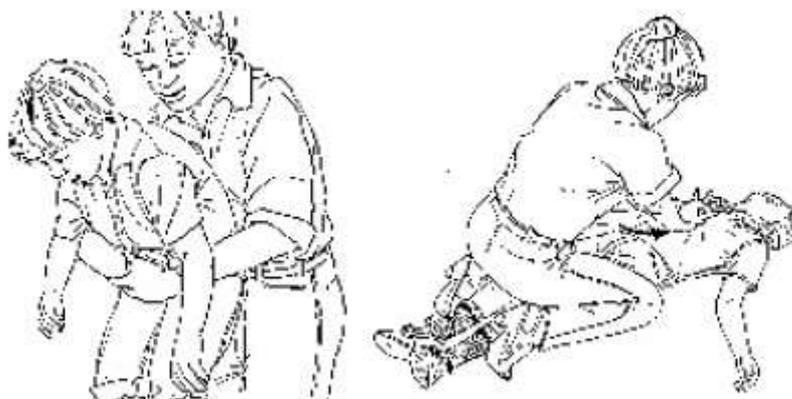
Проверьте дыхание и пульс, в случае их отсутствия немедленно приступайте к оживлению человека.

### **ИНОРОДНОЕ ТЕЛО В ДЫХАТЕЛЬНЫХ ПУТЯХ**

- Пострадавший не в состоянии кашлять, говорить или дышать.
- У него возникает ощущение удушья и страх смерти.
- Он хватается рукой за горло.
- Кожа и особенно губы быстро синеют.
- Пострадавший почти теряет сознание.

### **ДЕЙСТВИЯ В СЛУЧАЕ ИНОРОДНОГО ТЕЛА:**

- В случае, если пострадавший еще в сознании, заставьте его кашлять.
- Если кашлять не получается, то надо попробовать сначала ударить между лопаток и затем применить прием Хеймлича.
- Ударяйте рукой между лопаток сериями из нескольких ударов.
- Удары более эффективны, если наклонить верхнюю часть тела пострадавшего вперед-вниз таким образом, чтобы голова была ниже пояса.
- Обхватите пострадавшего своими руками сзади вокруг верхней части его живота.
- Сожмите одну руку в кулак и другой рукой схватитесь за него или за запястье.
- Дёрните рукой диафрагму с силой назад-вверх 2-3 (до 6) раз. Повторите это несколько раз.
- Этот прием можно использовать и на лежащем на спине человеке, находящемся без сознания: сядьте на колени на ноги пострадавшего. Держите руки прямыми и положите их кисть на кисть на середину верхней части живота пострадавшего. Резко и с силой нажимайте внутрь-наверх в направлении центральной линии. Повторите это несколько раз.



**ВНИМАНИЕ! ПРИЁМ НЕЛЬЗЯ ПРИМЕНЯТЬ НА БЕРЕМЕННЫХ ЖЕНЩИНАХ И МЛАДЕНЦАХ!**

## **ТРАВМЫ ГОЛОВЫ**

### **СОТРЯСЕНИЕ МОЗГА**

Признаки сотрясения мозга могут быть разными:

- расстройства сознания разной степени, вплоть до проходящей потери сознания;
- головная боль, тошнота;
- расстройства зрения и равновесия.

Случающаяся в случае сотрясения мозга потеря сознания является кратковременной, длительностью до получаса. Головная боль и тошнота могут не проходить несколько дней. Потеря сознания обычно сопровождается кратковременной потерей памяти.

### **КАК ДЕЙСТВОВАТЬ В СЛУЧАЕ СОТРЯСЕНИЯ МОЗГА:**

В случае, если пострадавший потерял сознание хотя бы на короткое время:

- Уложите пострадавшего набок.
- Вызовите скорую помощь.

### **В случае, если пострадавший с ТРАВМОЙ ГОЛОВЫ не терял сознание:**

- Наблюдайте за ним в течение одних суток.
- Если головная боль и тошнота не пройдут и пострадавшего будет клонить в сон, срочно доставьте его в больницу.
- Пострадавшего, получившего удар по голове, следует также будить ночью с интервалом в несколько часов для выяснения степени сознания.

### **ТЯЖЕЛОЕ СОТРЯСЕНИЕ МОЗГА**

Удар по голове может повредить ткани мозга. Потеря сознания может длиться часами, днями или же не проходить совсем. После восстановления сознания могут остаться нарушения функционирования мозга разной степени.

### **КАК ДЕЙСТВОВАТЬ В СЛУЧАЕ ТЯЖЕЛОГО СОТРЯСЕНИЯ МОЗГА:**

- Уложите пострадавшего в устойчивое положение набок.
- Следите за дыханием и пульсом.
- Проверьте уровень сознания.
- Будьте осторожны в отношении возникающего вследствие рвоты закрытия дыхательных путей.
- Вызовите скорую помощь.

## **ПОВРЕЖДЕНИЯ ГЛАЗ**

Несчастные случаи с глазами, как правило, тяжелые, их последствиями могут быть нарушения зрения или даже потеря зрения.

При оказании первой помощи при тяжелых повреждениях глаз важно для уменьшения подвижности глазных яблок накрыть повязкой оба глаза. Движения глаз происходят одновременно и если здоровый глаз оставить ненакрытым, то поврежденный глаз будет двигаться вместе со здоровым, если пострадавший будет смотреть куда-либо. Это может ухудшить состояние поврежденного глаза. Пострадавшего с обоими поврежденными глазами при транспортировке укладывают в положение лежа.

### **СОРИНКА В ГЛАЗУ**

Повавшая в глаз соринка вызывает ощущение трения, вследствие чего возникает слезотечение. Ощущение трения сильно даже тогда, когда соринка в глазу едва заметна. Иногда бывают жалобы даже спустя время.

## **ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ**

- Нельзя тереть глаз.
- Для удаления соринки ополосните глаз в проточной или просто чистой воде и одновременно моргайте глазом.
- После ополаскивания ищите соринку на поверхности глаза или под веком.
- В случае, если соринка застряла, предоставьте устранить ее врачу.

## **БРЫЗНУТЫЕ В ГЛАЗ ХИМИКАТЫ**

Все попавшие в глаз химикаты (кислоты, щёлочи, моющие средства и пр.) могут повредить глаз. Химикаты специального назначения часто используются при выполнении различных работ и они могут стать причиной повреждения глаз. Свойства химикатов специального назначения и соответствующая им первая помощь должны быть известны на рабочих местах.

## **КАК ДЕЙСТВОВАТЬ В СЛУЧАЕ ПОПАДАНИЯ ХИМИКАТА В ГЛАЗ:**

- Быстро приступайте к промыванию глаз прохладной водой в течение 15-30 минут.
- Отвезите пострадавшего в больницу даже, если в результате промывания раздражение глаза уменьшилось.
- На время транспортировки наложите на глаз слабую повязку.

## **ОБМОРОЖЕНИЕ**

Обморожение быстрее всего возникает в тех периферических частях тела, в которых снабжающее тепло кровообращение оказывается в холоде недостаточным. Легче и быстрее всего замерзают пальцы рук и ног, щеки, нос и уши.

## **ОБМОРОЖЕНИЕ**

- На коже ощущаются покалывания и иногда боль.
- Кожа становится белой, замерзшее место при дотрагивании кажется твердым.
- Изредка кожа теряет чувствительность и если была боль, то она пропадает.
- Обморожение может возникнуть и незаметно без значительных признаков.

## **КАК ДЕЙСТВОВАТЬ ПРИ ОБМОРОЖЕНИИ:**

- Согреть обмороженное место, например, положив на него теплую руку.
- Согревать можно также в наполненной водой ванне (руки, ноги), вода в которой не горячее, чем +37 °С.
- Продолжайте согревать, пока не восстановится нормальный цвет кожи и чувствительность кожи.
- Защитите согретое место сухой одеждой.
- Не трите обмороженное место – это может вызвать повреждение.
- В случае необходимости доставьте пострадавшего в больницу.

## **ГЛУБОКОЕ ОБМОРОЖЕНИЕ**

При глубоком обморожении кроме кожи повреждаются также подкожные ткани, кожа покрывается пузырями и становится лилово-красной.

## **КАК ДЕЙСТВОВАТЬ В СЛУЧАЕ ГЛУБОКОГО ОБМОРОЖЕНИЯ:**

- Защитите обмороженную часть тела от холода.
- Наложите на обмороженную часть тела чистую повязку, защитите от потери тепла и отвезите пострадавшего в больницу. Обмороженную ногу можно легко повредить, поэтому нельзя позволять пострадавшему ходить.
- Находящемуся в сознании пострадавшему дайте попить теплой сладкой жидкости.

- В случае глубокого обморожения пострадавший нуждается в скорой врачебной помощи. Проверьте общее состояние пострадавшего; в дополнение к местному обморожению ему может угрожать также гипотермия или понижение температуры тела.

## **ОЖОГИ**

### **КАК ДЕЙСТВОВАТЬ В СЛУЧАЕ ОЖОГА:**

- Спасайте человека и тушите горящую одежду, например, одеялом или ковром. Во время тушения прикажите ему лежать для того, чтобы пламя не обожгло шею и лицо.
- В случае, если Ваша собственная одежда горит, тушите ее, катаясь по земле или тушением огня.
- Сразу же охладите обожжённое место, держа его под проточной водой или в воде. Прямое охлаждение важнее освобождения от одежды. Маленькие ожоги можно охлаждать длительное время, потому что это уменьшает боль.
- Наложите на ожог чистую повязку.
- Не используйте мазь, не вскрывайте волдыри.
- Защищайте обожжённое место от переохлаждения (даже летом).
- В случае, если у пострадавшего затруднено дыхание, посадите его в полусидячее положение.
- Уложите потерявшего сознание пострадавшего в устойчивое положение набок.
- Вызовите скорую помощь.

## **ТЕПЛОВЫЕ ПОВРЕЖДЕНИЯ**

В независимости от постоянного изменения температуры окружающей среды организм старается сохранять внутреннюю температуру тела равномерной, примерно в пределах +37 °С. Повышение внутренней температуры тела более +42 °С вызывает серьезные, часто заканчивающиеся смертью повреждения организма.

## **ТЕПЛОВЫЕ СУДОРОГИ**

Тепловые судороги бывают в определенных группах мышц, например в мышцах икр, в мышцах рук и живота, когда для восстановления большой потери жидкости (потение) в жаркую погоду используют для питья только воду. Признаком является продолжающаяся 1-3 минуты болезненная судорога в нагруженной группе мышц.

### **КАК ДЕЙСТВОВАТЬ В СЛУЧАЕ ТЕПЛОВЫХ СУДОРОГ:**

- Дайте пострадавшему попить слегка подсоленной (0,1-процентной) воды или сока; возьмите половину чайной ложки или примерно 2 грамма соли на два литра воды.
- В тяжелых случаях отвезите пострадавшего в больницу.

## **Тепловой удар**

Тепловой удар является самым серьезным тепловым повреждением. В случае теплового удара организм не в состоянии в достаточной мере отдавать возникшее вследствие физической нагрузки или полученное извне излишнее тепло, из-за чего внутренняя температура организма повышается слишком сильно. Вследствие этого быстро возникают серьезные повреждения, которые могут закончиться смертью. Для спасения пострадавшего необходимо срочно оказать ему первую помощь и вызвать скорую помощь.

### **КАК ДЕЙСТВОВАТЬ В СЛУЧАЕ ТЕПЛОВОГО УДАРА:**

Прогноз пострадавшего существенно зависит от того, как быстро распознают тепловой удар и начнут ли без промедления охлаждать его организм уже на месте несчастья.

- Отнесите пострадавшего в тенистое место, разденьте его и уложите в устойчивое положение набок.
- Для ускорения охлаждения организма создайте ветер, махая, например платком или каким-нибудь предметом одежды.
- Следите за состоянием пострадавшего.
- Вызовите скорую помощь.

## **ОТРАВЛЕНИЯ**

### **КАК ДЕЙСТВОВАТЬ В СЛУЧАЕ ОТРАВЛЕНИЯ:**

- Выясните, что случилось.
- В случае, если дыхание прекращается или существенно ослабевает, начинайте делать искусственное дыхание. Для оказывающего первую помощь человека искусственное дыхание очень редко представляет опасность. Опасно делать искусственное дыхание, например, в случае отравления цианистым водородом или синильной кислотой.
- Уложите находящегося без сознания пострадавшего в устойчивое положение набок.
- Если у пострадавшего затруднено дыхание, он потерял сознание или у него судороги, то вызовите скорую помощь.
- В случае отсутствия признаков болезни окажите пострадавшему первую помощь в зависимости от типа отравления:
- Проглотившему едкое вещество дайте выпить полный стакан воды.
- Вынесите вдохнувшего едкое вещество пострадавшего на свежий воздух и усадите его в полусидячее положение.
- Если едкое вещество попадет в глаз, быстро промойте его водой в течение, как минимум, 15 минут.
- Попавшее на кожу едкое вещество смойте водой с мылом.

Вызывать рвоту запрещается.

Вызывать рвоту опасно, потому что рвотные массы могут попасть в дыхательные пути. Это повлечет за собой опасность удушья и опасного повреждения легких. Поэтому на сегодняшний день вызывание рвоты не является обычным приемом оказания первой помощи.

### **ЕДКИЕ ВЕЩЕСТВА**

В случае, если пострадавший проглотил едкое вещество, например сильную кислоту или щёлочь, дайте ему выпить воды для разведения едкого вещества – взрослому полный стакан (200 мл). Не пытайтесь химически нейтрализовать едкое вещество.

В случае, если едкое вещество или раздражающее вещество попало в глаз, срочно промойте его обильным количеством воды в течение примерно 15 минут. Попавшее на кожу едкое вещество смывают прохладной водой.

### **ОРГАНИЧЕСКИЕ РАСТВОРИТЕЛИ**

В случае, если пострадавший проглотил органический растворитель, например скипидар, бензин или керосин, дайте ему свежие сливки или растаявшее мороженое. В случае рвоты органический растворитель может попасть в легкие и вызвать опасный для жизни отек легких.

### **ВДЫХАНИЕ ОТРАВЛЯЮЩИХ ВЕЩЕСТВ**

В случае, если пострадавший вдохнул раздражающие дыхательные пути и легкие газы, его необходимо вынести из зоны опасности на свежий воздух и усадить в полусидячее

положение. Вызовите скорую помощь, если у пострадавшего нарушено дыхание или сознание.

## **СУДОРОГИ**

### **КАК ДЕЙСТВОВАТЬ ПРИ СУДОРОГАХ:**

- Человека с судорогами нельзя удерживать, следует защищать голову от повреждений.
- Человеку с судорогами не кладут ничего в рот.
- После приступа судороги уложите пострадавшего в положение набок.
- В случае, если больной не отойдет в течение 10 минут, отвезите его в больницу.

## **ПЕРЕЛОМ ШЕЙНОГО ОТДЕЛА ПОЗВОНОЧНИКА**

### **КАК ДЕЙСТВОВАТЬ В СЛУЧАЕ ПЕРЕЛОМА ШЕЙНОГО ОТДЕЛА ПОЗВОНОЧНИКА:**

- При подозрении на перелом шейного отдела позвоночника передвигайте пострадавшего настолько мало и осторожно, насколько это возможно.
- В случае, если нет неизбежной необходимости (например вынос из горящего автомобиля или спасение из воды), то не шевелите пострадавшего.
- Дождитесь прибытия скорой помощи.
- Успокойте пострадавшего и не давайте ему наклонять голову.
- Пострадавшего транспортируют в положении лёжа на спине на носилках или на другой твердой основе.

## **ДРУГИЕ ПЕРЕЛОМЫ ПОЗВОНОЧНИКА**

### **КАК ДЕЙСТВОВАТЬ В СЛУЧАЕ ПЕРЕЛОМОВ ПОЗВОНОЧНИКА:**

- В случае, если у Вас есть подозрение на перелом позвоночника, передвигайте пострадавшего настолько мало и осторожно, насколько это возможно.
- Дождитесь прибытия скорой помощи на место несчастного случая.
- Пострадавшего следует осторожно уложить на основу для транспортировки, желательно на вакуумный матрас, на котором его транспортируют в больницу.
- Оказывать первую помощь должно несколько человек, один поддерживает голову и шею, а другие – тело. Во время переукладывания и транспортировки положение позвоночника не должно меняться.

УТВЕРЖДАЮ:

.....  
AS Sivex International  
Член правления

01.02.2010  
Айво Ааса