

АЛГОРИТМ

Оказание первой помощи

- 1 Оцените обстановку и устраните угрожающие факторы
 - 2 Осмотрите пострадавшего для выявления наружного кровотечения
 - 3 Определите наличие признаков жизни у пострадавшего
- СОЗНАНИЯ НЕТ → СОЗНАНИЕ ЕСТЬ →
- 4 Восстановите проходимость дыхательных путей и определите наличие дыхания
- ДЫХАНИЯ НЕТ → ДЫХАНИЕ ЕСТЬ →
- 5 Вызовите скорую медицинскую помощь: **112** — по мобильному, **103** — по стационарному телефону
 - 6 Проведите сердечно-легочную реанимацию
- ПОЯВИЛИСЬ ПРИЗНАКИ ЖИЗНИ →
- 7 Поддерживайте проходимость дыхательных путей
 - 8 Подробно осмотрите пострадавшего для выявления травм и опросите его
 - 9 Выполните мероприятия по оказанию первой помощи в зависимости от характера травм
 - 10 Окажите помощь пострадавшему в принятии лекарственных препаратов, назначенных лечащим врачом
 - 11 Придайте и поддерживайте оптимальное положение тела пострадавшего
 - 12 Вызовите скорую медицинскую помощь, если медиков не вызвали раньше
 - 13 Контролируйте состояние пострадавшего и оказывайте ему психологическую поддержку
 - 14 Передайте пострадавшего выездной бригаде скорой медицинской помощи или другим специальным службам

АЛГОРИТМ

Оказание первой помощи при судорожных приступах с потерей сознания

1



Расположите ближнюю руку пострадавшего под прямым углом к его телу

2



Дальнюю руку пострадавшего приложите тыльной стороной ладони к его противоположной щеке. Придерживайте своей рукой

3



Согните дальнюю от себя ногу пострадавшего в колене и поставьте ее с опорой на стопу. Надавите на колено этой ноги на себя и поверните пострадавшего

4



После поворота пострадавшего набок слегка запрокиньте его голову для открытия дыхательных путей и подтяните ногу, лежащую сверху, ближе к животу

5



Наблюдайте за состоянием пострадавшего до прибытия медиков, регулярно оценивайте наличие дыхания



Не предлагайте пострадавшему воду или еду сразу после приступа. Дайте работнику время, чтобы прийти в себя. Спутанность сознания пострадавшего пройдет через 5–30 минут

АЛГОРИТМ

Оказание первой помощи при укусах или ужаливаниях ядовитых животных

ПРИ УКУСЕ ЗМЕЙ

- 1 Уложите пострадавшего и обеспечьте покой, исключите движение и ходьбу
- 2 Выдавите яд из раны: массируйте по направлению к ране, собирая кожу в складку, не надавливая на место укуса
- 3 Имobilизируйте конечность шиной
- 4 Приложите холод к месту укуса
- 5 Обеспечьте пострадавшего обильным питьем
- 6 Следите за дыханием и пульсом
- 7 Транспортируйте пострадавшего только в положении лежа

Запрещено:

- разрезать кожу в месте укуса;
- прижигать кожу;
- накладывать жгут;
- употреблять алкоголь

ПРИ УЖАЛИВАНИИ НАСЕКОМЫХ

- 1 Осмотрите место укуса
- 2 Удалите оставленное жало
- 3 Старайтесь не сдавливать, чтобы остатки яда не попали в рану
- 4 Приложите холод к месту ужаливания

ПРИ УКУСАХ ЖИВОТНЫХ

- 1 Не останавливайте кровь сразу же — если в рану попали опасные бактерии, их частично смоев кровотоком
- 2 Промойте рану чистой водой с мылом
- 3 Наложите стерильную повязку
- 4 Приложите холод к месту укуса

АЛГОРИТМ

Оказание первой помощи при острых психологических реакциях на стресс

ПРИ ПЛАЧЕ

- 1** Не оставляйте пострадавшего одного. Позаботьтесь о том, чтобы рядом с работником кто-то находился, желательно близкий или знакомый человек
- 2** Поддерживайте физический контакт с пострадавшим, при возможности держите человека за руку. Выразите свою поддержку и сочувствие словами, прикосновениями или молчанием
- 3** Дайте пострадавшему выговориться о своих чувствах
- 4** Воздержитесь от советов, во многих случаях они могут вызвать негативную реакцию со стороны пострадавшего
- 5** Если реакция плача затянулась и слезы уже не приносят облегчения, помогите пострадавшему отвлечься. Сконцентрируйте его внимание на глубоком и ровном дыхании, вместе с ним выполняйте несложную деятельность

ПРИ ИСТЕРИКЕ

- 1** Уведите пострадавшего от других работников и обратите его внимание на себя. Если невозможно покинуть помещение, внимательно слушайте, кивайте и поддакивайте
- 2** Сохраняйте спокойствие и не показывайте пострадавшему ярких эмоций

- 3 Говорите короткими и простыми фразами, уверенным тоном
- 4 Не потакайте желаниям пострадавшего и не вступайте в активный диалог. Не акцентируйте внимание на фразах работника
- 5 Переключите внимание пострадавшего. Для этого задайте неожиданный вопрос, требующий развернутого ответа. Выбирайте максимально отстраненную тему от происшествия, вопросы не должны иметь негативного содержания
- 6 После истерики у работника возможен упадок сил. Дайте отдохнуть пострадавшему, а после передайте его медикам либо близким людям или родственникам

ПРИ АГРЕССИИ

- 1 Оцените обстановку и насколько безопасно оказывать помощь в данной ситуации
- 2 Сохраняйте спокойствие и не показывайте пострадавшему ярких эмоций
- 3 Не обращайте внимания на оскорбления и брань от пострадавшего
- 4 Говорите спокойным голосом, постепенно снижая темп и громкость своей речи
- 5 Не вступайте с пострадавшим в споры и не противоречьте ему
- 6 Если чувствуете внутреннюю готовность и понимаете, что это необходимо, отойдите с пострадавшим от окружающих и дайте ему возможность выговориться
- 7 Отвлеките пострадавшего деятельностью, связанную с физической нагрузкой

ПРИ СТРАХЕ

- 1 Находитесь рядом с работником, дайте ему ощущение безопасности: страх тяжело переносить в одиночестве
- 2 Если страх настолько силен, что парализует пострадавшего, предложите ему выполнить несколько приемов. Например, задержать дыхание, а затем сосредоточиться на спокойном медленном дыхании. Попробуйте переключить внимание работника на мыслительную деятельность
- 3 Когда острота страха начинает спадать, говорите с работником о том, чего именно он боится. Не нагнетайте эмоции, дайте человеку выговориться
- 4 При необходимости расскажите пострадавшему о том, что происходит вокруг, о ходе работ и о его состоянии

ПРИ АПАТИИ

- 1 Создайте для пострадавшего условия, в которых он мог бы отдохнуть и набраться сил, чувствовал себя в безопасности. Проводите работника к месту отдыха, по возможности помогите ему удобно устроиться
- 2 Предложите работнику самомассаж активных биологических зон — мочек ушей и пальцев рук
- 3 Говорите с пострадавшим мягко, медленно, спокойным голосом. Постепенно повышайте громкость и скорость речи
- 4 Предложите работнику выполнить незначительную физическую нагрузку, например, пройтись пешком или сделать несколько простых упражнений
- 5 Задавайте пострадавшему вопросы, на которые он может ответить развернуто
- 6 По возможности вовлеките работника в действия, например, оказать помощь другим пострадавшим или принести им воду