

**ОГБУЗ «Центр общественного здоровья и медицинской профилактики Костромской области»**

## **ПРОГРАММА**

лекционного курса на тему:

**«Оказание первой помощи при инсульте и инфаркте»**

Девиз: «Свое здоровье сохраним, окажем помощь и другим!»

Кострома, 2021

## Содержание

|                         |   |
|-------------------------|---|
| 1. Введение.....        | 3 |
| 2. Лекционный курс..... | 4 |
| 3. Инсульт .....        | 4 |
| 4. Инфаркт.....         | 5 |

## **Введение**

Программный лекционный курс рассчитан на детей в возрасте от 10 до 16 лет. Зона охвата: общеобразовательные школы Костромской области

В данной программе охвачены две темы по оказанию первой доврачебной помощи: инсульт и инфаркт. Каждый раздел включает в себя подробное описание ситуации и схему оказания медицинской помощи до приезда медиков.

В 10-16 лет дети уже достаточно самостоятельны: они активны, физически развиты, полностью приспособлены к окружающей среде, коммуникативны и адаптированы к информатизации. В этом возрасте ребенок может сам позвонить по мобильному телефону, позвать на помощь, и даже самостоятельно оказать первую доврачебную медицинскую помощь.

**Цель курса:** в игровой форме грамотно обучить детей азам первой доврачебной помощи.

**Задачи курса:**

- проинформировать детей по данной тематике;
- научить правильно оказывать первую доврачебную помощь при инсультах и инфарктах;
- дать оценку полученным знаниям.

**Результат:** повышение уровня и качества знаний в области оказания первой доврачебной помощи при инсультах и инфарктах.

## Лекционный курс ИНСУЛЬТ

Ребята, наверное, у каждого из вас есть бабушки и дедушки. Они с радостью встречают вас, когда вы приезжаете к ним в гости, играют с вами в игры, готовят вкусную еду для вас. Но порой, в силу своего возраста, ваши дедушки и бабушки могут внезапно почувствовать себя плохо. И вы можете им помочь!

Давайте с вами поиграем. Я буду задавать вам вопросы, а вы постараетесь дать верный ответ. Только будьте внимательны и всю информацию запоминайте. Она вам потом пригодится в конкурсах, которые мы проведем после интерактивной беседы

1. Итак, **знаете ли вы, что такое инсульт?** поднимите руку. *(дети поднимают)*
2. **Так что же это такое?** *(дети озвучивают версии)* Близкие варианты к правильному ответу были, это радует. Теперь, я вам расскажу, что такое инсульт с медицинской точки зрения.

**Инсульт** является одним из самых распространенных серьезных заболеваний. В момент инсульта нарушается мозговое кровообращение, восстановить которое необходимо как можно быстрее. Ведь пострадавший в итоге может не только остаться инвалидом, но и вовсе умереть. Поэтому очень важна своевременная профилактика инсульта.

3. У инсульта, как и у каждого заболевания, есть свои симптомы. **Кто-нибудь догадывается, о каких симптомах идет речь?** Кто мне скажет? *(дети думают, высказывают варианты)*

О скором развитии инсульта свидетельствуют следующие изменения в организме.

1. Перекос лица или онемение губы или половины лица.
2. Нарушение речи.
3. Слабость, онемение руки и/или ноги (**неожиданная** утрата способности двигать рукой или ногой).
4. Нарушение зрения
5. Дезориентация.
6. **Сильнейшее** головокружение.
7. **Сильная** головная боль

Оговорюсь, что эти симптомы начинают беспокоить человека **сразу же**. И в данной ситуации необходимо незамедлительно вызывать скорую помощь!

Ребята, запомните, что вредные привычки – алкоголь, курение, наркотики, - в разы увеличивают риск развития инсульта!!!!

4. Итак, **как же узнать, что у человека, которому стало плохо, именно инсульт, а не что-то другое?** *(ребята отвечают)*

Существует быстрый тест, позволяющий определить, инсульт перед вами или нет. Например, вашей бабушке, или дедушке, или другому человеку стало плохо. Попросите их выполнить три несложных действия:

- **Попросите его улыбнуться.** Симметрично ли выглядит лицо, улыбка? Во время приступа инсульта улыбка будет кривой и ассиметричной, один уголок губ будет опущен вниз, в то время когда при нормальном состоянии она должна быть ровной и симметричной.
- Попросите его, например, **назвать свое имя:** четко ли звучит речь? При инсульте человек не сможет ровно и спокойно произнести речь, она будет смазанной, невнятной или будет слышно заикание. Может создаться впечатление, что разговаривает пьяный человек. Именно этот показатель часто губит жизни людей, у которых случился инсульт на улице, потому что прохожие люди думают, что этот человек пьян.
- И последнее, попросите пострадавшего **поднять обе руки:** не опускается ли одна рука или обе непроизвольно? При инсульте человек не сможет поднять обе руки на один уровень. Рука, которая будет поднята ниже, будет обозначать поражение этой стороны тела.
- Также при инсульте больной не сможет нормально высунуть язык. Одна сторона его будет кривой, неправильной формы.

Вот это, пожалуй, основные критерии, по которым абсолютно каждый из вас, сможет определить, инсульт перед вами или нет.

5. А как вы думаете, **какую доврачебную помощь вы сможете оказать своей бабушке, дедушке, или другому пострадавшему человеку?** *(дети отвечают)*

- Сразу же вызвать скорую помощь! Звонить по номеру 103 с мобильного или 03 со стационарного. Номер 112 — для всех телефонов.
- Дождитесь скорую помощь и будьте рядом с больным.
- Положите пострадавшего горизонтально.
- Расстегните одежду и обеспечьте приток свежего воздуха.
- Запомните, при инсульте давать еду или воду категорически запрещено!

Это всё, что мы вам хотели рассказать об инсульте. Надеемся, вы многое запомнили и приняли себе на вооружение.

## **ИНФАРКТ**

К сожалению, инсульт не единственное заболевание сердца, из-за которого ваши бабушки и дедушки могут почувствовать себя плохо. Еще одно очень серьезное заболевание сердца — инфаркт миокарда.

1. И так, ребята, **знает ли что такое инфаркт миокарда?** поднимите руку. *(дети поднимают)*

2. **Что же это такое?** *(дети озвучивают версии)* Близкие варианты к правильному ответу были, это радует. Теперь, я вам расскажу, что такое инфаркт с медицинской точки зрения.

**Инфаркт миокарда**, как я уже говорила, очень серьезное заболевание сердца. Если вовремя не оказать человеку, у которого появляются признаки инфаркта, медицинскую помощь, то он может умереть, потому что пораженное сердце может не справиться со своей работой и просто остановиться.

3. Кто-нибудь знает какие **признаки указываются, что у человека случился инфаркт?** *(дети думают и поднимают руки)*.

О том, что начинается инфаркт скажут следующие признаки:

1. Прежде всего, это **внезапно, или приступообразно возникшие давящие, сжимающие, жгучие, ломящие боли в грудной клетке слева (за грудиной), продолжающиеся более 5 минут**. В этот момент вы можете увидеть, что человек держится руками за сердце, у него страдальческое выражение лица, может застонать. Аналогичные боли могут часто наблюдаться в области левого плеча или предплечья, левой лопатки, левой половины шеи и нижней челюсти, в обоих плечах, обеих руках, нижней части грудины вместе с верхней частью живота.

2. Боли часто сопровождаются **чувством нехватки воздуха, одышкой**, в этом случае вы можете увидеть, что человек дышит очень часто, «хватает ртом воздух».

3. Также может быть **резкая слабость, холодный пот, тошнота**.

4. Ребята, если вы увидите, что у человека внезапно появились признаки сердечного приступа, о которых мы с вами говорили, не ждите, что боль пройдет – в такой ситуации это опасно для жизни! Быстро и без промедления **вызывайте бригаду скорой медицинской помощи**. Звоните по номеру 112 с мобильного или 03 со стационарного. Обязательно дождитесь скорую помощь и будьте рядом с больным.

5. **Можете ли вы оказать какую-то помощь до приезда врачей?** Да. Запомните эти действия:

1. Сразу после возникновения приступа помогите человеку **сесть или лечь в постель с приподнятым изголовьем**. Как приподнять изголовье? Можно подложить подушку, свернутое одеяло, свернутую куртку, рюкзак или что-то другое, что есть у вас под руками.

2. **Обеспечьте доступ свежего воздуха**. Если приступ случился в помещении — откройте окна; если на улице — не вставляйте толпой вокруг пострадавшего.

3. **Предложите принять** заболевшему человеку таблетки, которыми он пользуется, а именно **таблетку нитроглицерина и таблетку аспирина**, который нужно обязательно разжевать.

Берегите свое здоровье, будьте внимательны и осторожны всегда! И обязательно помогайте тем, кому нужна помощь. Даже если вы не можете оказать никакой медицинской помощи, позовите других и **ОБЯЗАТЕЛЬНО ВЫЗОВИТЕ СКОРУЮ!!! Телефон все помнят? Какой?** *(думают)* **103 с мобильного или 03 со стационарного. Номер 112 — для всех телефонов.**