|  |  |
| --- | --- |
| СОГЛАСОВАНО  Председатель СТК  Бахирева С.М.  «\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_ г. | УТВЕРЖДАЮ  Директор МОУ Судиславской ООШ  \_\_\_\_\_\_\_ В.М. Дейтер  «\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_ г. |

**ИНСТРУКЦИЯ**

**ПО ОКАЗАНИЮ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ ПОСТРАДАВШЕМУ**

Первая помощь при различных травмах оказывается с исполь­зованием перевязочных материалов и лекарственных препаратов, которые находятся в аптечке.

**Техника проведения искусственного дыхания**:

* Уложите пострадавшего на спину в горизонтальное положе­ние, расстегнув или сняв стесняющую тело одежду;
* Подложите что-либо под плечи;
* Встаньте справа от. пострадавшего, подведите правую руку под его шею, а левую положите на лоб, и максимально отведите назад его голову;
* Откройте рот пострадавшего большим пальцем руки или обеими руками;
* Оказывающий помощь делает глубокий вдох, затем вдувает воздух через марлю или платок из своего рта в рот или нос постра­давшего;
* При вдувании воздуха необходимо следить за движением грудной клетки пострадавшего;
* При способе дыхания «рот в рот» герметичность достигается путем закрывания носа, при способе дыхания «рот в нос» - закры­вания рта;
* Вдувание воздуха производится 12-15 раз/мин у взрослых и 20-30 раз у детей. Выдох пострадавшего происходит пассивно.

**Техника проведения непрямого массажа сердца:**

* Положите пострадавшего на жесткую поверхность на спину, расстегнув или сняв стесняющую тело одежду;
* Встаньте слева от пострадавшего;
* Определите правильное месторасположение рук при прове­дении непрямого массажа сердца;
* Положите ладонь одной руки на нижнюю треть грудины, другую руку - на ее тыльную поверхность;
* Надавливание осуществляется путем ритмичного сжатия сердца (60-80 раз/мин) между грудиной и позвоночником;
* После каждого надавливания проследить за тем, чтобы груд­ная клетка расправилась (для наполнения полостей сердца веноз­ной кровью), не отрывая от нее рук;
* На момент вдоха массаж сердца прерывают.

**1.  В случае поражения электрическим током (молнией):**

* вывести пострадавшего из-под действия электрического тока, используя подручные средства (доска, палка, сухая одежда, предметы, не проводящие ток), выключите рубильник;
* если пострадавший в сознании, без видимых тяжелых ожогов и травм, положите его на спину, расстегните стесняющую дыхание одежду;
* не позволяйте ему двигаться. Не давайте пить - это вызовет рвоту и нарушение дыхания;
* при отсутствии сознания, но сохранившемся дыхании уложи­те пострадавшего на бок, на твердую горизонтальную поверхность,  
  обеспечьте приток свежего воздуха. Обрызгайте водой, разотрите и  
  согрейте тело;
* дать нюхать нашатырный спирт;
* в случае нарушения дыхания и сердцебиения, немедленно приступайте к проведению искусственного дыхания и непрямому массажу сердца. Не прекращайте их до полного появления самостоятельного дыхания и сужения зрачков или до прибытия врача.

**2.  При носовом кровотечении**:

* не запрокидывать голову пострадавшего назад, а наклонить ее вперед, удерживая при этом корпус в прямом положении, расстегнув воротник и пояс одежды;
* постараться высморкаться, прочистить носовую полость от слизи и сгустков свернувшейся крови, но лучше это проделать под струей воды;
* зажать ноздри минут на 10 пальцами, большим и указатель­ными;
* положить холодный компресс на область носа и затылка;
* можно также вложить в нос ватный или марлевый тампон;  
  если через 5-7 минут кровотечение не прекратится, снова за­жмите ноздри и вызывайте врача.

**3.  При кровотечении (артериальном, венозном):**

* при сильном артериальном кровотечении (кровь имеет яркокрасный цвет) наложите жгут выше раны, ближе к месту ранения, подложив под него чистую ткань, и затяните его до полной оста­новки кровотечения;
* подложите под жгут записку с указанием точного времени его наложения (не более чем на 1-1,5 ч.). Жгут нельзя закрывать по­вязками или одеждой;
* при венозном кровотечении (кровь имеет темный цвет) – для временной его остановки, поврежденную конечность поднимите вверх и на рану наложите давящую повязку.

**4.  При солнечном ударе:**

* при легком перегревании выведите пострадавшего в прохлад­ное место, освободите шею и грудь от стесняющей одежды, снимите обувь;
* смочите ему лицо и голову холодной водой;
* уложите пострадавшего, приподняв ему голову; дайте холодное питье (немного минеральной или слегка подсоленной воды) и разденьте его;
* положите на голову смоченное в холодной воде полотенце или наложите холодный компресс на область шеи;
* до прибытия врача накладывайте на тело холодные компрессы, пить давайте после того, как пострадавший придет в себя.

**5.  При укусах и ужаливании насекомыми (осами, пчелами и т. д.):**

* при ужаливании 1-2 насекомыми удалите пинцетом или ног­тями жало с ядовитым мешочком (осторожно, чтобы не раздавить мешочек до удаления жала);
* на место отека положите пузырь со льдом;
* боль и воспаление облегчают спиртовой компресс, примочки из тертого картофеля, растирание ужаленного места ломтиком чеснока;
* если оса или пчела случайно попали в рот, нужно сосать кусочки льда, пить сильно охлажденную воду;
* зуд от укусов комаров, мошкары, пчел (после удаления жала) можно устранить, протерев кожу нашатырным спиртом, раствором питьевой соды ( 0,5 чайной ложки на стакан воды), разрезанной луковицей, долькой чеснока, кашицей из поваренной соли, соком одуванчика.

**6.  При укусе змеи:**

* не давайте пострадавшему двигаться;
* успокойте его: паника и возбуждение ускоряют кровоток;
* зафиксируйте с помощью шины пострадавшую от укуса ко­нечность;
* приложите к месту укуса растертые или разжеванные листья подорожника;
* давайте обильное питье;
* не прижигайте место укуса марганцовкой, не накладывайте жгут, не давайте алкоголь.

**Следует как можно быстрее обратиться за помощью к врачу**.

**7.  При ушибе**:

* обеспечьте пострадавшему полный покой;
* наложите на место ушиба холодный компресс (смоченный в холодной воде платок, полотенце) или пузырь со льдом.

**8.  После термического или электрического ожога:**

* оттащить пострадавшего от источника поражения;
* не поливать обожженную поверхность кожи водой;
* наложить на обожженный участок кожи сухую стерильную повязку;
* при ожоге глаз сделайте холодные примочки из чая, немед­ленно вызывайте врача.

**Чего категорически не следует делать при силь­ных ожогах:**

* обрабатывать кожу спиртом;
* прокалывать образовавшиеся пузыри;
* смазывать кожу жиром, зеленкой, крепким раствором мар­ганцовки.
* срывать прилипшие к месту ожога части одежды;
* прикасаться к нему рукой;
* разрешать пострадавшему самостоятельно двигаться;
* поливать пузыри и обугленную кожу водой.

**9.  При порезах:**

* при порезах стеклом тщательно осмотреть рану, очистить ее;
* промыть рану дезинфицирующим раствором (например, фурацилином);
* обработать рану йодом, наложить повязку;
* при сильном кровотечении перевязать жгутом выше места пореза, на рану наложить давящую повязку.

**10. При отравлении пищевыми продуктами**:

-дать пострадавшему 3-4 стакана воды или розового раствора марганцовки для промывания желудка, чтобы вызвать рвоту.

**11. Помощь при утоплении**:

* как можно быстрее извлеките утопающего из воды; удалите  
  изо рта и носа ил, грязь, песок;
* переверните пострадавшего на живот, затем обеими руками  
  приподнимите его за ноги и потрясите так, чтобы из дыхательных  
  путей и желудка вытекла вода;
* начинайте сразу же делать искусственное дыхание. При возобновлении у пострадавшего самостоятельного дыхания напоите его горячим чаем, укутайте в одеяло и доставьте в лечебное учреж­дение.

**12. При попадании инородного тела вдыхательные пути**:

* прежде всего, освободите рот от остатков пищи пальцем, обернутым марлей, платком, повернув голову пострадавшего набок;
* ударьте его в межлопаточную область ладонью (но не кулаком) для обеспечения проходимости дыхательных путей;
* если эти меры не помогают, то пострадавшего следует немедленно транспортировать в лечебное учреждение.
* постарайтесь только придержать его при падении во избежа­ние травм;
* уберите все острые и твердые предметы, способные травми­ровать больного или случайно нанести травму вам.

**Помните: после прекращения судорог больной засыпает и происшедшего с ним не помнит, будить его нельзя!**

**14.При укусе собаки**:

* не пытайтесь немедленно остановить кровь (кровотечение способствует удалению слюны собаки из раны);
* промойте рану чистой водой;
* несколько раз продезинфицируйте кожу вокруг укуса йодом, раствором марганцовки, наложите повязку.

**При подозрении на бешенство обратитесь к врачу.**

**15.При переломе конечностей:**

* обеспечьте полный покой поврежденного участка тела;
* при открытом переломе и наличии кровотечения остановите его при помощи давящей повязки или жгута.

**16.При обмороке:**

* уложите пострадавшего на спину с несколько запрокинутой назад головой и приподнятыми руками, чтобы улучшить кровооб­ращение мозга. Расстегните воротник и пояс, чтобы шея и грудь не были стянуты, обрызгайте лицо водой, похлопайте по щекам;
* дайте вдохнуть пары нашатырного спирта, одеколона, уксуса,  
  раздражающих слизистую оболочку носа;
* в душном помещении откройте окно, обеспечьте доступ све­жего воздуха.

**17. При болях в области сердца**:

-    больного необходимо уложить в постель и вызвать врача.

**18. При болях в области живота:**

* уложить больного в постель, вызвать врача.
* других мер самостоятельно не предпринимать.

**Оказав первую медицинскую помощь, воспитателю, вожатому необходимо обязательно обратиться к врачу!**