

# Первая помощь при кровотечениях: практическое занятие по ОБЗР

Как остановить кровь и не навредить себе и пострадавшему?



# Почему кровотечения важно уметь распознавать

Порез, падение, травма на уроке труда или носовое кровотечение могут случиться в школе, дома и на улице. Умение быстро оценить ситуацию помогает снизить потерю крови и вовремя дождаться взрослых и медиков.



# Основные понятия о кровотечении



## Что происходит

Кровотечение возникает, когда поврежден сосуд и кровь выходит наружу или скапливается внутри тела. Это может случиться после пореза, удара, падения или другой травмы.



## Наружное и внутреннее

Наружное кровотечение видно сразу: кровь течет из раны, носа или ссадины. Внутреннее заметить труднее, потому что кровь остается в тканях и органах.



## Виды по сосудам

Различают артериальное, венозное и капиллярное кровотечение. Они отличаются цветом крови, скоростью ее выхода и тем, насколько быстро может ухудшиться состояние пострадавшего.



## Что опасно больше всего

Особого внимания требуют быстрое истечение крови, нарастающая слабость, бледность и ухудшение самочувствия после травмы. Эти признаки могут говорить о значительной кровопотере.

# Как отличить виды кровотечения по внешнему виду

## Артериальное и венозное кровотечение

При артериальном кровотечении кровь обычно ярко-красная и может выходить толчками. Венозное кровотечение идет более ровной темной струей, поэтому его легче заметить по непрерывному течению.

## Капиллярное кровотечение

Капиллярное кровотечение чаще выглядит как медленное сочение из ссадины или неглубокого пореза. Оно обычно менее интенсивное, но тоже требует аккуратной обработки и защиты раны.



# Признаки опасной кровопотери

Таблица помогает быстро понять, какие внешние признаки могут указывать на серьезную потерю крови и когда нужна срочная помощь.

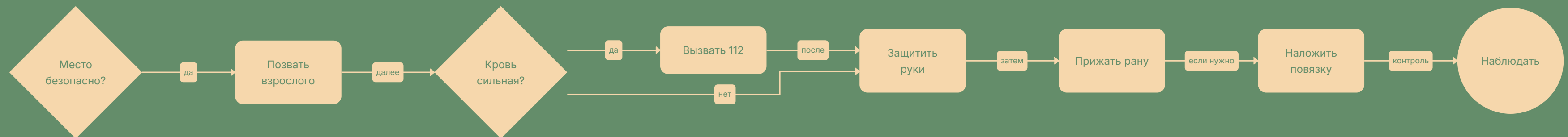
Если признаки усиливаются на глазах, это повод немедленно позвать взрослого и вызвать 112.

*Материалы практического занятия по ОБЗР; общие признаки кровопотери, используемые в первой помощи*

| Признак          | Что видно       | Что это значит         |
|------------------|-----------------|------------------------|
| Бледность        | Кожа светлеет   | Крови может не хватать |
| Холодный пот     | Влажная кожа    | Организм ослабевает    |
| Головокружение   | Шатает, темнеет | Нужен покой            |
| Быстрая пропитка | Повязка мокнет  | Кровотечение сильное   |

# Порядок действий при наружном кровотечении

Схема составлена по алгоритму безопасной первой помощи для школьников.



# Прямое давление на рану

01

Наложите на рану чистую салфетку, бинт или ткань и плотно прижмите ладонью. Не убирайте первый слой, даже если он быстро пропитывается кровью.

02

Давление должно быть постоянным и достаточно сильным, чтобы замедлить кровотечение. Для маленьких порезов и ссадин этого часто бывает достаточно до прихода взрослых.

03

Если ткань промокла, добавьте сверху новый слой и продолжайте прижимать. Лишние движения только мешают образованию кровяного сгустка.

# Давящая повязка: из чего она состоит



В давящей повязке обычно есть стерильная салфетка на ране, тугой валик из бинта или марли и фиксирующий слой бинта. Вместе они помогают прижать сосуды вокруг раны.



Такую повязку накладывают так, чтобы уменьшить кровотечение, но не пережимать конечность полностью. После наложения нужно проверить, не усиливается ли боль, и наблюдать за состоянием пострадавшего.

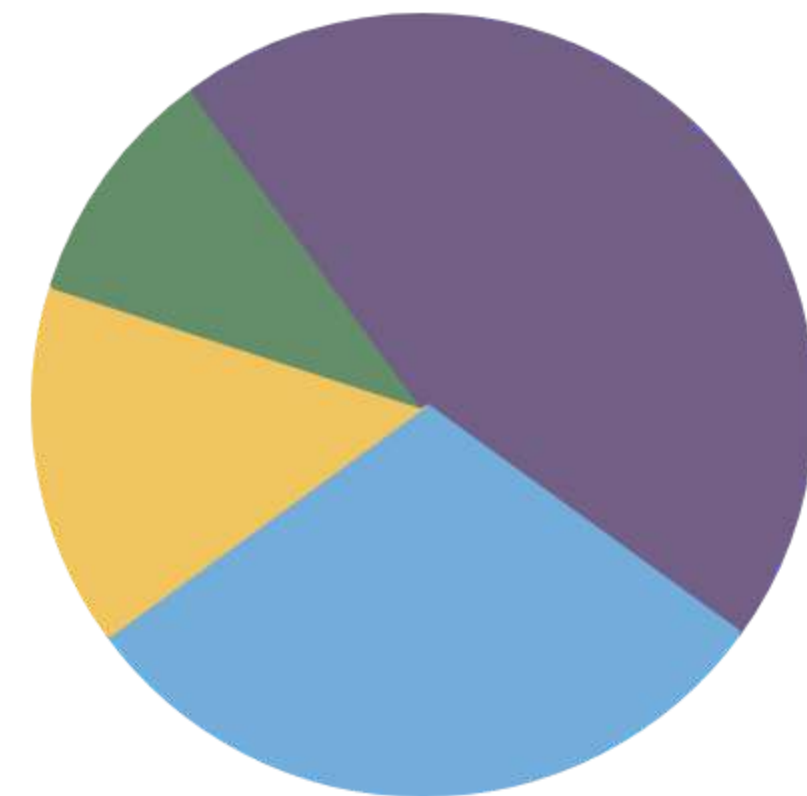


# Какие способы первой помощи применяются чаще всего

Для школьных травм особенно важны простые и быстрые действия, которые можно выполнить сразу до приезда помощи.

Основу первой помощи составляют прямое давление и давящая повязка; остальные меры применяются как дополнение или в более тяжелых случаях.

Прямое давление Давящая повязка  
Холод Покой Жгут



Учебный материал по ОБЗР для практического занятия; схема распределения способов составлена для наглядности

01

Жгут используют только при сильном кровотечении из руки или ноги, когда кровь не удастся остановить прямым давлением и повязкой. Это мера для самых тяжелых ситуаций.

02

Его накладывают выше раны, но не на сустав, и обязательно отмечают время. Жгут должен оставаться заметным, чтобы медики сразу увидели, сколько времени он был на конечности.

03

При небольших порезах, ссадинах и носовом кровотечении жгут не нужен. Снимать его самостоятельно нельзя: после наложения требуется помощь взрослых и медицинских работников.

## Когда применяется жгут

# Типичные ошибки при первой помощи

Таблица показывает опасные ошибки, их последствия и правильные действия. Она помогает запомнить, чего нельзя делать при кровотечении, чтобы не усилить потерю крови и не занести инфекцию.

Лишние и грубые действия опаснее самой раны: они мешают остановке крови, повышают риск заражения и могут ухудшить травму до приезда помощи.

*Учебные материалы по ОБЗР; правила первой помощи при кровотечениях*

| Ошибка           | Почему опасно        | Как правильно         |
|------------------|----------------------|-----------------------|
| Снимать повязку  | Усилит кровотечение  | Добавить слой сверху  |
| Засыпать рану    | Риск инфекции        | Закрыть салфеткой     |
| Вынимать предмет | Может усилить травму | Зафиксировать и ждать |

# Первая помощь при носовом кровотечении

## Правильное положение

Сядьте ровно и слегка наклоните голову вперед, чтобы кровь не стекала в горло. Дышите спокойно через рот и не разговаривайте без необходимости.

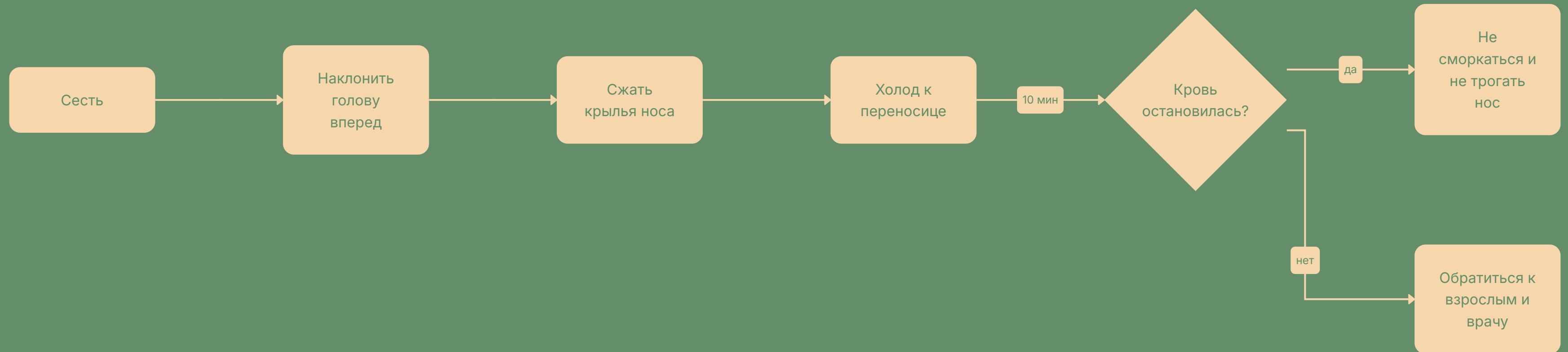
## Что делать дальше

Сожмите мягкую часть носа пальцами на 10 минут и при необходимости приложите холод через ткань. Если кровь не останавливается, нужна помощь взрослого и врача.



# Алгоритм действий при носовом кровотечении

Порядок действий для школьника при оказании первой помощи



# Признаки внутреннего кровотечения

01

После удара или падения настораживают бледность, нарастающая слабость и головокружение. Ребенку трудно стоять, говорить и сохранять обычную активность.

02

Холодный пот, сонливость и учащенный пульс говорят о том, что организму становится трудно поддерживать нормальное кровообращение. Это уже не обычная царапина.

03

Особую тревогу вызывают кровавая рвота, темный стул, быстро растущий синяк или отек. Такие признаки требуют немедленного сообщения взрослым и вызова 112.

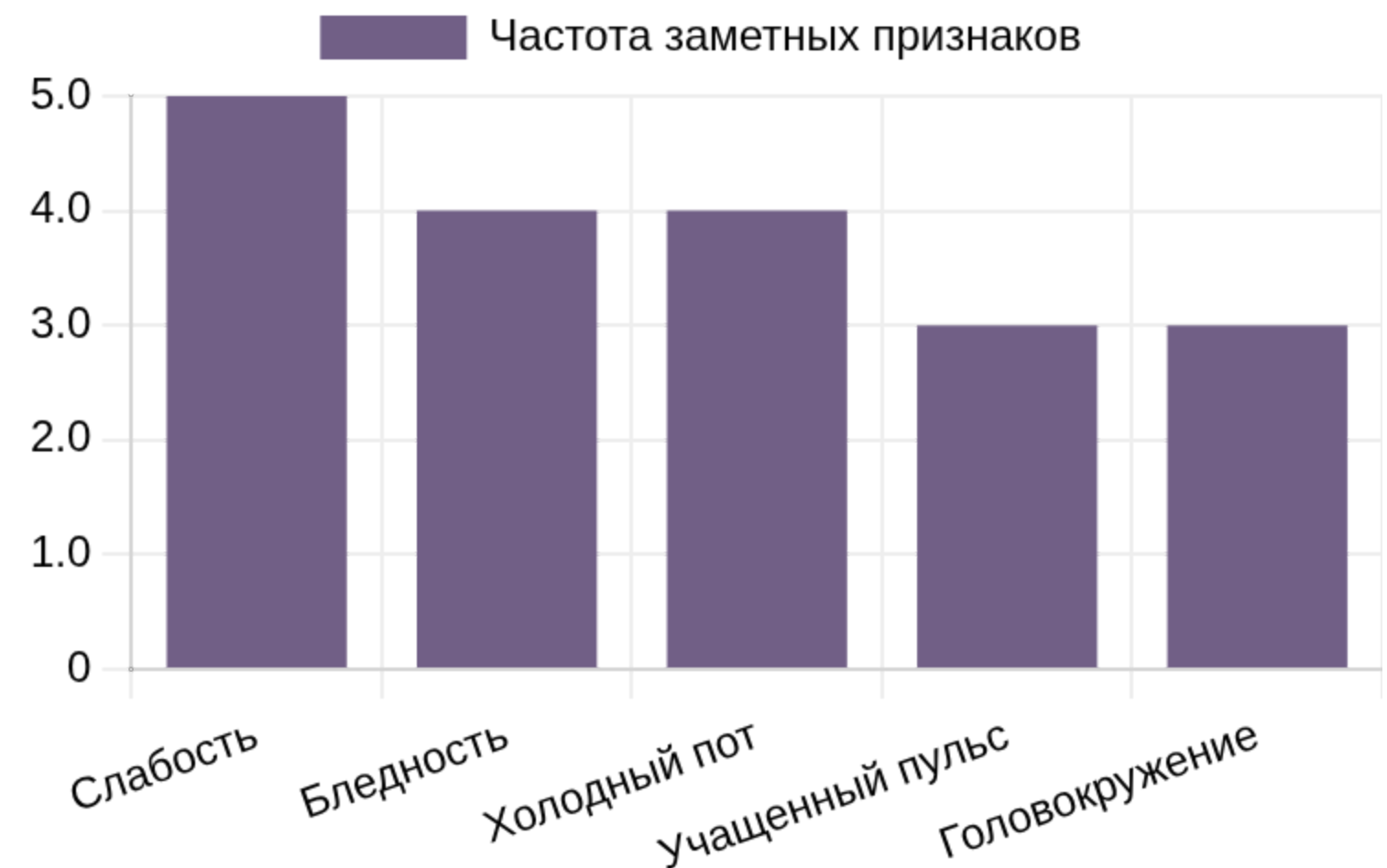
04

Пострадавшему нужен покой, удобное положение и постоянное наблюдение. Нельзя оставлять его одного или давать ему активно двигаться до приезда помощи.

# Признаки потери крови и их частота наблюдения

Схема помогает быстро замечать не только саму рану, но и реакцию организма. Чем больше признаков одновременно, тем серьезнее ситуация.

Сочетание слабости, бледности и холодного пота чаще указывает на опасную кровопотерю, чем один отдельный симптом.



# Что должно быть в домашней и школьной аптечке



## Перчатки

Одноразовые перчатки защищают помощника от контакта с кровью и помогают соблюдать чистоту при оказании помощи.



## Салфетки и бинт

Стерильные салфетки и бинт нужны для прямого давления на рану, закрытия повреждения и наложения повязки.



## Лейкопластырь и ножницы

Лейкопластырь закрепляет повязку, а ножницы помогают аккуратно отрезать бинт или ткань нужной длины.



## Антисептик

Антисептик используют только для кожи вокруг раны, чтобы не раздражать поврежденные ткани и не усиливать боль.



## Пакет для отходов

Пакет нужен для использованных салфеток и перчаток, чтобы безопасно убрать материалы после оказания помощи.

# Безопасность помощника при оказании помощи



Во время помощи нельзя прикасаться к крови голыми руками, тереть глаза или лицо и брать чужие вещи без необходимости. Перчатки и чистая ткань снижают риск заражения.



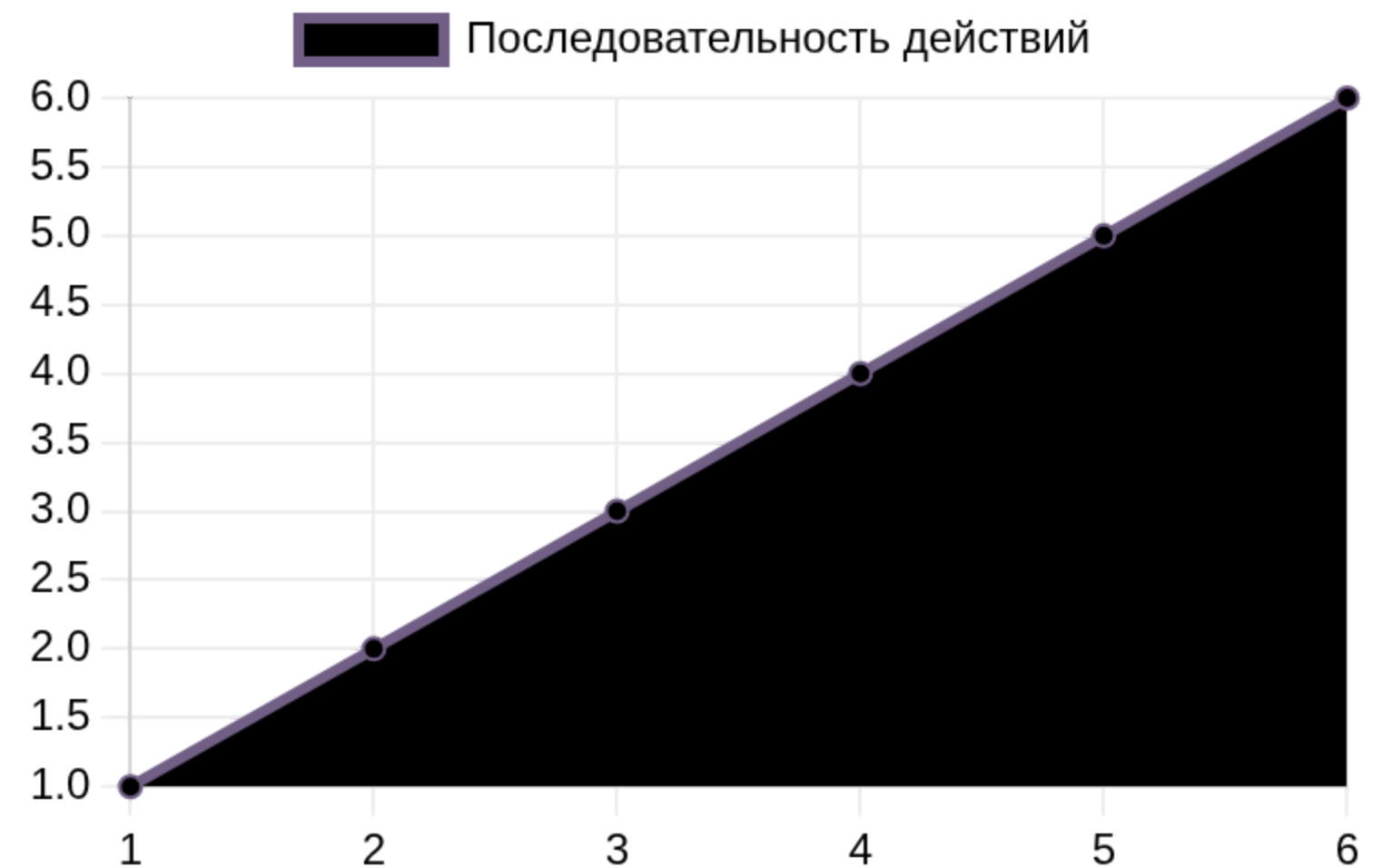
После завершения помощи руки нужно тщательно вымыть с мылом 20–30 секунд. Если на коже есть порезы, их тоже закрывают, чтобы кровь не попала в рану.



# Проверка последовательности действий

Линейная схема показывает, что каждая следующая мера зависит от оценки предыдущего шага. Пропуск любого звена делает помощь менее надежной.

Правильный порядок действий помогает не растеряться и вовремя заметить, когда нужна дополнительная помощь.



*Учебный алгоритм оказания первой помощи при кровотечении*

# Практические ситуации и правильные действия

Таблица помогает отличать небольшие бытовые травмы от случаев, когда нужна срочная помощь взрослого и вызов медицинской службы.

Если кровь быстро не останавливается, травма болит сильнее обычного или пострадала рука после удара, нужна помощь взрослого и медиков.

*Учебные ситуации по ОБЗР; правила первой помощи при кровотечениях*

| Ситуация             | Что делать        | Когда звать помощь |
|----------------------|-------------------|--------------------|
| Порез пальца         | Прижать салфеткой | Если кровь не идет |
| Ссадина колена       | Промыть и закрыть | При сильной боли   |
| Сильное кровотечение | Повязка и 112     | Сразу              |

# Кровотечение: сначала безопасность, потом помощь

Главное в первой помощи — не паниковать,  
защитить себя, остановить кровь  
подходящим способом и вовремя позвать  
взрослых или службу 112. Это сохраняет  
здоровье и жизнь.

