

The background of the slide is a collage of circular frames, each containing a different image of medical supplies. These include rolls of white bandage, blue sterile gloves, and various types of white gauze pads. The frames are arranged in a grid-like pattern across the entire slide.

Первая помощь при кровотечениях и ранениях

Как быстро остановить кровь и не навредить ране?

Почему школьнику важно уметь действовать быстро

Травма может случиться на тренировке, в кабинете труда, дома или на улице. В первые минуты важно не растеряться: оценить опасность, остановить кровотечение и вовремя вызвать помощь.



Виды кровотечений и их основные признаки

Артериальное кровотечение узнают по ярко-алой крови и пульсирующему выбросу. Оно особенно опасно, потому что кровь теряется очень быстро.

Венозное кровотечение обычно сопровождается тёмной кровью, которая течёт равномерно. При глубокой ране оно тоже может привести к значительной потере крови.

Капиллярное кровотечение выглядит как медленное сочение крови по всей поверхности повреждения. Чаще всего оно не угрожает жизни, но требует обработки и повязки.

Внутреннее кровотечение подозревают при бледности, слабости, холодном поте, жажде, головокружении и ухудшении сознания. Опасность в том, что оно не всегда заметно снаружи.

Сравнение опасности разных видов кровотечения

Вид	Признаки	Первая помощь
Капиллярное	Сочится	Промыть, повязка
Венозное	Тёмная кровь	Давление, повязка
Артериальное	Алая, пульсирует	Давление, жгут
Внутреннее	Снаружи не видно	112, покой



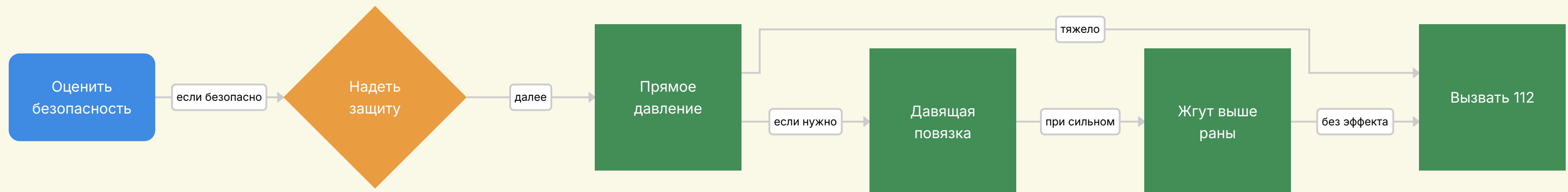
Таблица помогает увидеть, как внешний вид кровотечения связан со скоростью потери крови и первым действием.

Чем быстрее идёт потеря крови, тем выше опасность и тем срочнее нужны меры остановки кровотечения.

Учебная классификация кровотечений и первая помощь

Алгоритм действий при наружном кровотечении

Последовательность основана на приоритете остановки кровопотери перед обработкой раны.



Прямое давление и давящая повязка



Как остановить кровотечение на месте

На рану накладывают стерильную салфетку, бинт или чистую ткань и прижимают непрерывно. Давление не ослабляют раньше времени, чтобы дать сосудам сузиться и снизить кровопотерю.



Зачем нужна давящая повязка

Повязка удерживает салфетку и усиливает сдавление тканей. Она особенно полезна, когда нужно сохранить давление во время ожидания помощи или при движении пострадавшего.



Когда применяется жгут

Жгут используют только при массивном кровотечении из конечности, если прямое давление не помогает или его невозможно поддерживать достаточно долго.

Накладывают жгут выше раны, не на сустав, и обязательно фиксируют время. Это важно для медиков, которые будут дальше оказывать помощь.

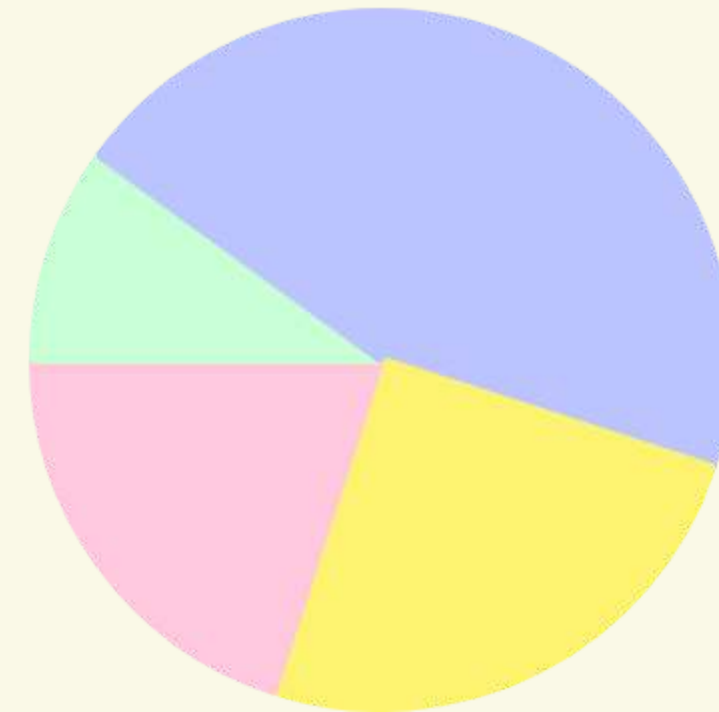
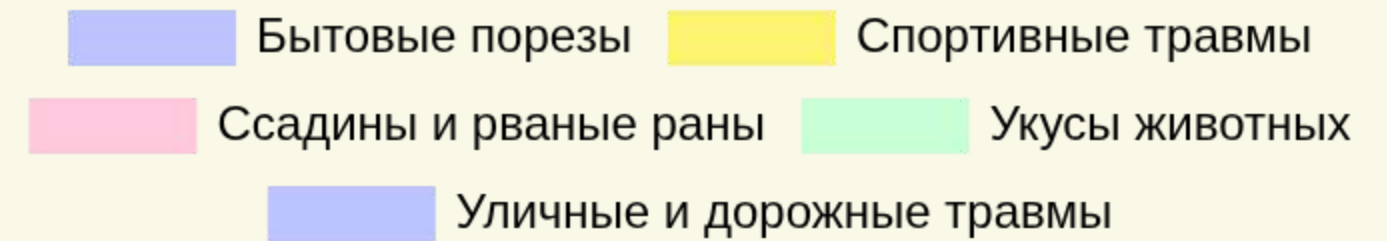
Признак эффективности — прекращение кровотечения и исчезновение пульсирующего выброса крови. Жгут — мера спасения жизни, а не обычный способ обработки раны.

Типичные причины ранений у подростков

Чаще всего травмы возникают там, где человек спешит, отвлекается или действует без защиты: дома, на тренировке и по дороге.



Профилактика должна начинаться с быта и спорта: именно там риск ранений наиболее высок.



Схематическое распределение по типичным бытовым, школьным и спортивным травмам

Обработка поверхностной раны



Промывание

Сначала рану аккуратно промывают чистой водой, чтобы удалить грязь, песок и мелкие частицы. Сильную струю не направляют глубоко в ткани.



Антисептик вокруг раны

Кожу вокруг повреждения обрабатывают антисептиком, но не заливают его внутрь раны. Так уменьшают риск инфекции и лишнего раздражения тканей.



Стерильная повязка

После обработки накладывают стерильную салфетку, бинт или пластырь. Это защищает рану от загрязнения и помогает ей заживать без осложнений.

Ссадины, порезы и рваные раны

1 Ссадина после падения

На локте осталась широкая ссадина после падения на асфальт. Крови немного, но кожа сильно жжёт, а в поверхности заметны песок и мелкие камешки. Именно загрязнение делает такую рану особенно неприятной и требует аккуратного промывания.



2 Порез острым предметом

Пальцы аккуратно разошли по линии почти ровного пореза от стекла или ножа. Края раны выглядят чёткими, а кровь выступает быстрее, чем при ссадине. Такие повреждения важно быстро закрыть повязкой и не трогать лишний раз.



3 Рваная рана от удара

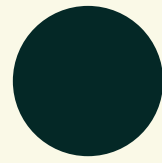
Кожа разорвалась неровно, будто её потянули и смяли. По краям заметны повреждённые ткани, а вокруг — отёк и загрязнение, из-за чего возрастает риск инфекции. В такой ситуации особенно важно не откладывать помощь и оценить глубину травмы.



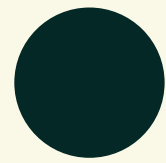
Действия, которые ухудшают состояние пострадавшего



Не извлекайте из раны нож, стекло, щепку или другой предмет, если он глубоко застрял: он может временно сдерживать кровотечение, а его удаление резко усилит потерю крови.



Не присыпайте повреждение порошками, не прикладывайте вату и не промывайте глубокую рану сильной струёй: это заносит загрязнение, травмирует ткани и мешает остановке крови.



Не снимайте уже пропитанную кровью повязку без необходимости: если она удерживает кровотечение, лучше наложить сверху новый слой и продолжить давление на рану.



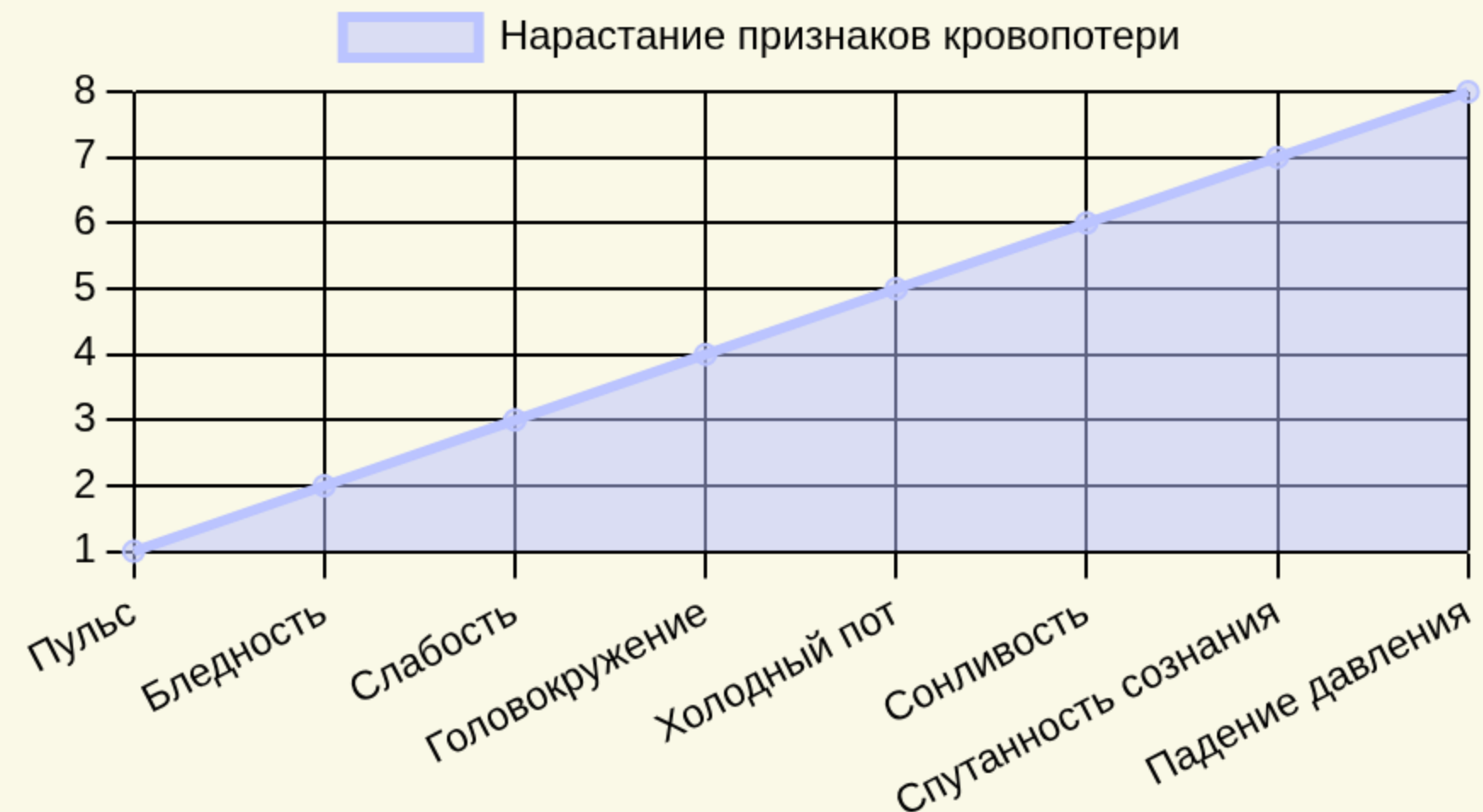
Не оставляйте пострадавшего одного, если кровотечение продолжается, появилась слабость, бледность или головокружение: состояние может ухудшиться быстро, и требуется постоянное наблюдение.

Как нарастают признаки кровопотери

Даже при внешне умеренной травме ухудшение может идти незаметно, поэтому важно оценивать не только рану, но и общее состояние человека.



Чем больше признаков появляется, тем выше вероятность шока и тем срочнее нужна помощь. Источник: учебный алгоритм оценки кровопотери.



Учебный алгоритм первой помощи при кровотоении; дата не указана.

Признаки внутреннего кровотечения

Тревогу вызывают боль в животе, груди или в области травмы, а также синяки без очевидной причины, нарастающая слабость и выраженная бледность.



Дополнительные признаки — жажда, сонливость, головокружение, рвота с кровью, чёрный стул и ухудшение сознания. Они требуют немедленного вызова 112.



Пострадавшему нужен покой, горизонтальное или удобное полусидячее положение и контроль дыхания. Давать еду, питьё или нагрузку без указания медиков нельзя.



Минимальный набор для оказания первой помощи при ранениях

Базовые средства помогают быстро закрыть рану, уменьшить кровопотерю и снизить риск инфицирования.



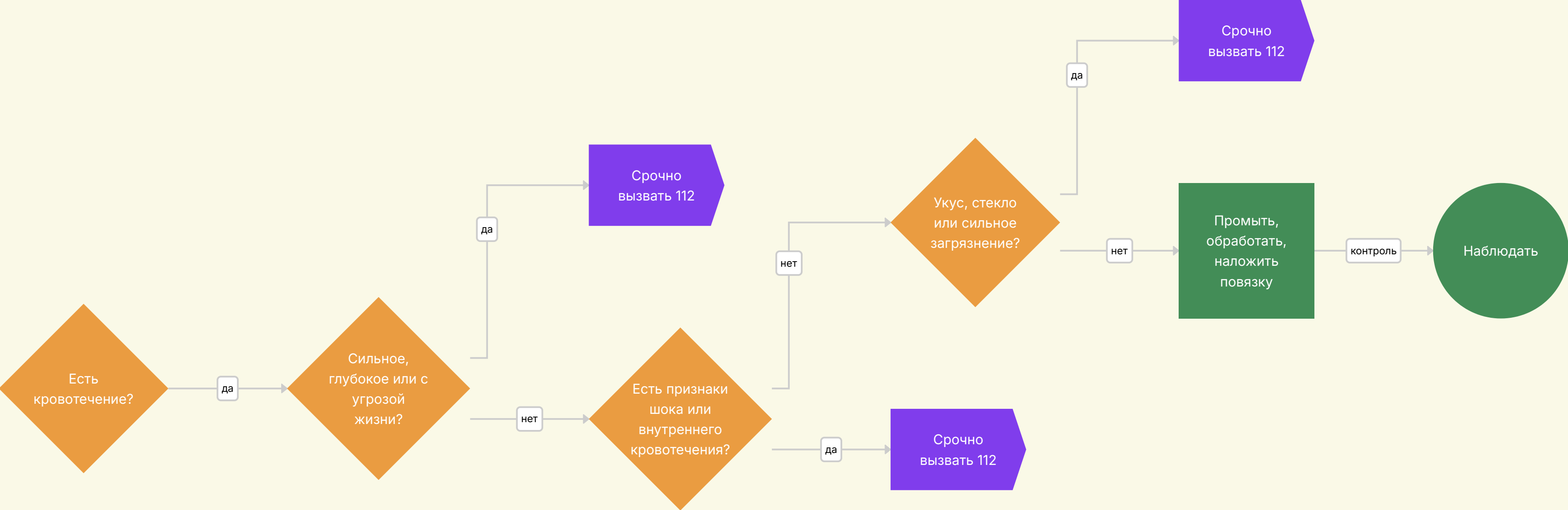
Даже минимальный комплект позволяет действовать быстро и безопасно до прибытия медиков.

Предмет	Назначение
Перчатки	Защита рук
Стерильные салфетки	Закрытие раны
Бинт	Фиксация повязки
Жгут	Остановка кровотечения
Термоодеяло	Сохранение тепла

Состав аптечки первой помощи

Когда нужен вызов 112, а когда достаточно наблюдения

Схема основана на оценке глубины раны, объёма кровопотери и общего состояния пострадавшего.



Особенности помощи детям и подросткам

У детей и подростков страх и сильные эмоции могут усиливать слабость, поэтому важно говорить спокойно, действовать уверенно и не допускать лишней суеты вокруг пострадавшего.

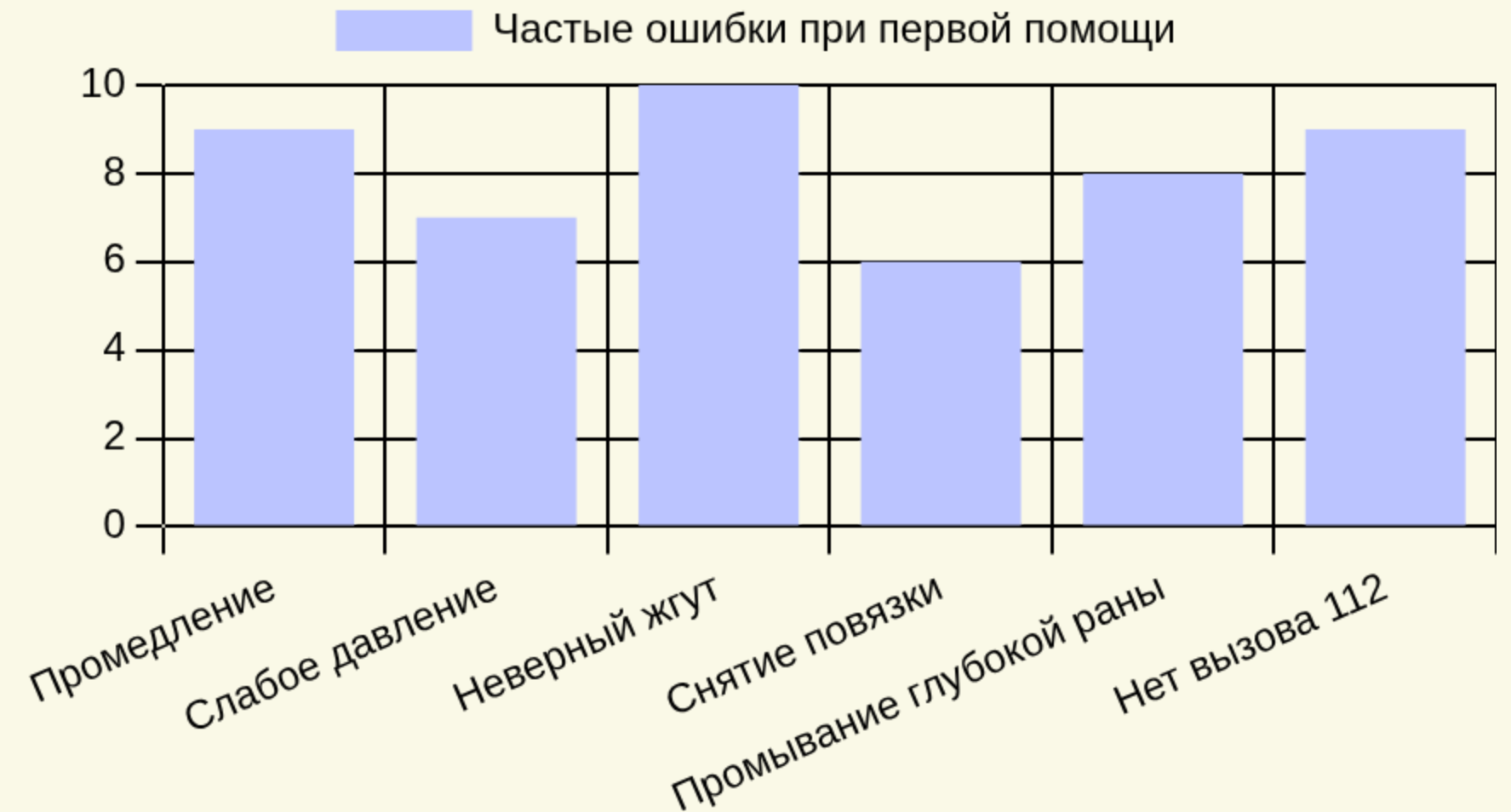
Необходимы фиксация повреждённой конечности, постоянный контроль сознания и дыхания, а также быстрая передача информации взрослым и вызов медицинской помощи при ухудшении состояния.



Ошибки, которые чаще всего ухудшают исход

Ошибки особенно опасны, когда человек действует без плана: в такой ситуации легко потерять время и усилить кровопотерю.

Наибольший вред дают промедление и неправильное применение жгута, потому что они напрямую увеличивают риск тяжёлой кровопотери.



Учебные материалы по первой помощи; дата не указана.

Профилактика ранений и кровотечений



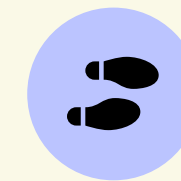
Защита в спорте

Используйте шлемы, щитки и другую экипировку на тренировках и соревнованиях, если это предусмотрено правилами вида спорта и помогает снизить риск травмы.



Острые предметы

Ножи, ножницы, стекло и канцелярские лезвия держите под контролем: работайте аккуратно, не отвлекайтесь и не передавайте их броском.



Безопасная одежда

Закрытая обувь на улице и подходящая одежда уменьшают риск порезов, проколов и ссадин, особенно при прогулках, уборке и активных играх.



Порядок и дисциплина

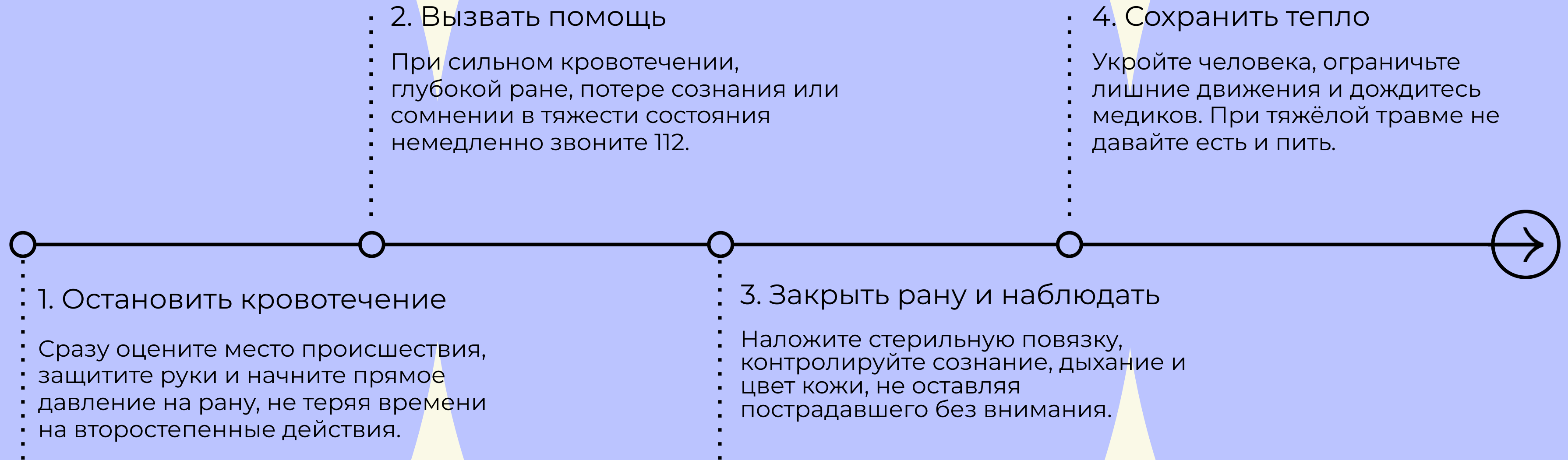
На рабочем месте, в классе и дома убирайте лишние предметы, чтобы не споткнуться, не уронить тяжёлый предмет и не пораниться о мусор.



Не в одиночку

Опасные действия лучше не выполнять одному: рядом всегда проще заметить проблему, быстро вызвать помощь и не допустить ухудшения последствий травмы.

Практическая памятка действий при кровотечении





Первая помощь, которая действительно спасает

При кровотечениях решают минуты: безопасность, давление на рану, правильная повязка, жгут по показаниям и своевременный вызов помощи уменьшают риск шока, инфекции и тяжёлых осложнений.

