

# Первая помощь при кровотечениях: обзор и основные темы

Навыки первой помощи при кровотечениях помогут сохранить жизнь до приезда медиков.



# Почему важна первая помощь при кровотечениях?



Кровотечения часто случаются у подростков в быту и на улице. Своевременная помощь предотвращает осложнения. Рассмотрим строение сосудов, сердце и роль свертывания крови в остановке кровотечения.



# Основные типы кровотечений и особенности



## Артериальное кровотечение

Возникает при повреждении артерий, кровь ярко-красная, бьёт пульсирующей струёй. Требуется моментальная реакция из-за быстрого кровопотери.



## Венозное кровотечение

Появляется при повреждении вен, кровь тёмная и течёт равномерно. Может сопровождаться глубокими ранами и требует наложения давящей повязки.



## Капиллярное кровотечение

Происходит из мелких сосудов и проявляется кровоточивостью мелкими каплями. Обычно несерьёзно и останавливается простыми методами.

# Причины появления кровотечений у подростков

**01**

Частые причины — ушибы и падения при играх или в школе, приводящие к повреждению сосудов.

**02**

Порезы бытовыми и канцелярскими предметами — ножницы, стекло, ножи часто вызывают кровотечения.

**03**

Спортивные травмы особенно при активных играх и контактных видах спорта увеличивают риск повреждений.

**04**

Дополнительный риск создают укусы животных, ожоги и дорожные происшествия, а также болезни и лекарства, влияющие на свертываемость.

# Сравнение видов кровотечений

Сравнительная таблица основных характеристик артериального, венозного и капиллярного кровотечений.

Методы остановки кровотечения зависят от его типа и тяжести.

| Тип кровотечения | Цвет крови   | Скорость вытекания     | Основные признаки                         | Опасности                     |
|------------------|--------------|------------------------|-------------------------------------------|-------------------------------|
| Артериальное     | Ярко-красная | Пульсирующая, быстрая  | Сильная потеря крови, плохое самочувствие | Шок, смерть                   |
| Венозное         | Тёмная       | Равномерная, медленная | Глубокая рана, слабость                   | Обморок, большая потеря крови |
| Капиллярное      | Розовая      | Точечное, медленное    | Легкие ссадины, небольшая кровопотеря     | Редко опасно                  |

# Ключевые признаки кровотечения



## Видимая кровь

Кровь на коже, одежде или полу свидетельствует об открытом повреждении сосудов.



## Симптомы сильной потери

Бледность, холодные руки и частый слабый пульс указывают на опасную кровопотерю.



## Внутреннее кровотечение

Синюшность кожи, боль и отёк могут предупреждать о скрытом кровотечении.



## Обмороки и слабость

Рост чувства тревоги, головокружение свидетельствуют об ухудшении состояния из-за кровопотери.

# Опасности кровопотери у подростков



## Потеря 10–15% крови и её последствия

Даже небольшой дефицит крови вызывает слабость, ухудшает работу сердца и мозга. Эти симптомы мешают учебе и повседневной активности подростка.



## Критическая кровопотеря и угроза жизни

При потере более 20% крови развивается шок, сильное головокружение и снизится сознание. Быстрые меры спасают жизнь, особенно у детей с меньшим объёмом циркуляции.



# Общий порядок оказания первой помощи при кровотечениях

**01**

Сначала обеспечьте собственную безопасность: наденьте перчатки или используйте пакеты, чтобы избежать прямого контакта с кровью.

**02**

При сильной кровопотере сразу вызывайте взрослых или скорую помощь, не откладывая вызов.

**03**

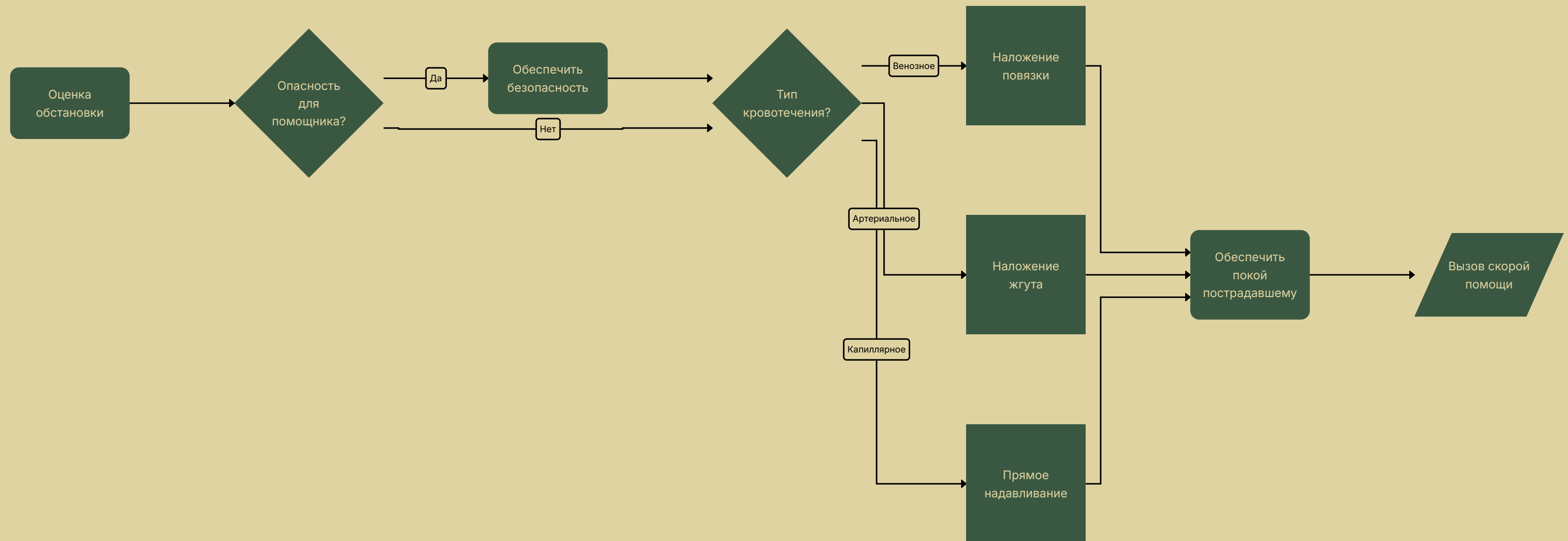
Надавите на рану, приподнимите пострадавшую конечность и наложите стерильную повязку для остановки кровотечения.

**04**

Оставайтесь с пострадавшим, следите за его состоянием до приезда врачей, поддерживайте спокойствие.

# Схема действий первой помощи при кровотечениях

✘ Общепринятый порядок действий на основе рекомендаций по безопасности и медпомощи



# Артериальное кровотечение: характерные черты и помощь

01

Кровь ярко-красная, струя пульсирует, быстро увеличивается пятно на одежде. Пострадавший становится бледным, пульс учащается, возможен обморок. Необходимо срочно действовать.

02

Помощь включает сильное надавливание выше раны и наложение жгута, обязательно зафиксировать время. Жгут кладут на одежду, не на голую кожу. Время наложения не должно превышать час.



# Венозное кровотечение: симптомы и алгоритм помощи

**01**

Венозное кровотечение характеризуется вытекающей тёмной кровью, которая течёт равномерно и непрерывно. Обычно сопровождается глубокими или рваными ранами, требующими немедленного внимания.

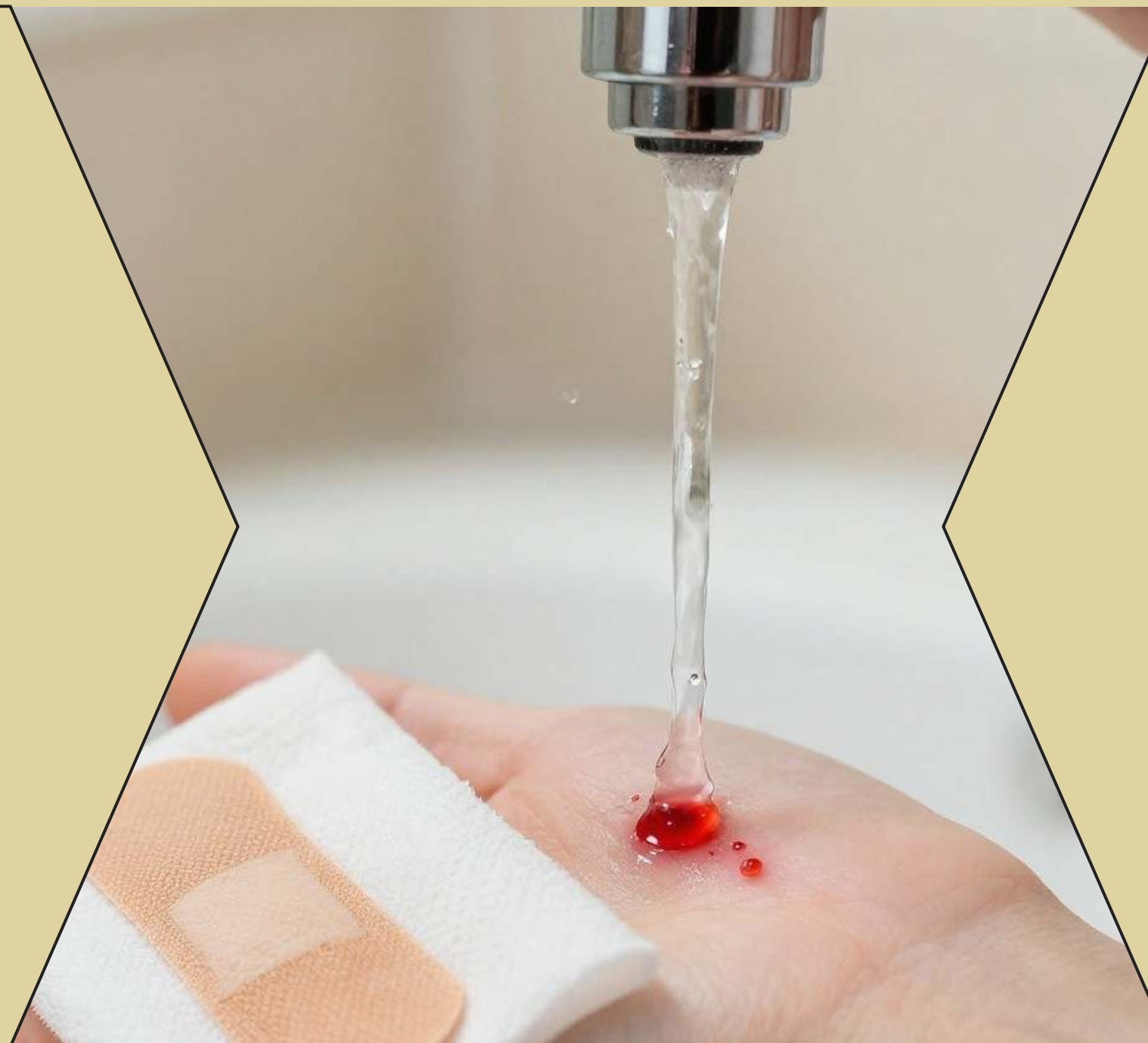
**02**

Для остановки необходимо наложить плотную давящую повязку на рану и приподнять конечность выше уровня сердца. При сильной потере крови возможно применение жгута ниже места ранения с соблюдением всех правил безопасности.



# Капиллярное кровотечение: когда достаточно простых мер

► Капиллярные кровотечения возникают при мелких ссадинах и порезах, кровь выходит мелкими каплями и обычно прекращается быстро. Это самый безопасный вид кровотечений.



◀ Для остановки достаточно промыть рану проточной водой, наложить лёгкое давление стерильной салфеткой и закрыть пластырем. Обработка антисептиком важна для предотвращения заражения и воспаления.

# Носовые кровотечения у подростков: что делать правильно

01

При носовом кровотечении нужно сесть и слегка наклонить голову вперёд, чтобы избежать попадания крови в дыхательные пути и желудок, что предотвращает тошноту и опасности.

02

Необходимо плотно зажать крылья носа пальцами на 5–7 минут и приложить холод к переносице для уменьшения кровотечения и сужения сосудов.

03

Запрещается запрокидывать голову назад. Если кровотечение не прекращается более 20 минут, следует обратиться к врачу для профессиональной помощи.

# Жгут: важные моменты использования и меры предосторожности



## Когда следует применять жгут

Жгут используется только при ярком артериальном кровотечении и неэффективности других методов. Это крайняя мера для предотвращения быстрой кровопотери при угрозе жизни.



## Правила грамотного наложения жгута

Накладывать жгут надо выше раны, на одежду или ткань, жёстко фиксируя время процедуры. Перегрев и длительное ношение способствуют повреждению тканей, поэтому важно не превышать час.

# Обработка раны и наложение повязки: пошаговый порядок

**01**

Рану промывают чистой водой или физиологическим раствором для удаления грязи и микробов без повреждения тканей.

**02**

На повреждённый участок накладывается стерильная салфетка или бинт, избегая попадания ворсинок и волосков, которые могут вызвать воспаление.

**03**

Повязку фиксируют умеренно плотно, не нарушая кровоток, не применяя спирт и зелёнку на глубокие или обширные раны, а также не касаясь раны без перчаток.

# Типичные ошибки и заблуждения при остановке кровотечений

**01**

Слишком сильное затягивание жгута может привести к необратимым повреждениям тканей и гангрене, что требует осторожного применения и контроля времени.

**02**

Игнорирование времени наложения жгута опасно, так как длительное пережатие нарушает кровообращение и ухудшает состояние пострадавшего.

**03**

Наложение жгута непосредственно на голое тело нарушает целостность кожи и усиливает болевые ощущения, поэтому всегда следует использовать подкладку.

**04**

Опасные мифы, как прижигание ран или промывание слюной, замедляют заживление и способствуют инфицированию, поэтому их категорически нельзя применять.

# Причины травм с кровотечением у подростков: статистика в России



Большинство кровотечений связано с бытовыми травмами, что указывает на важность осторожности дома и во дворе.

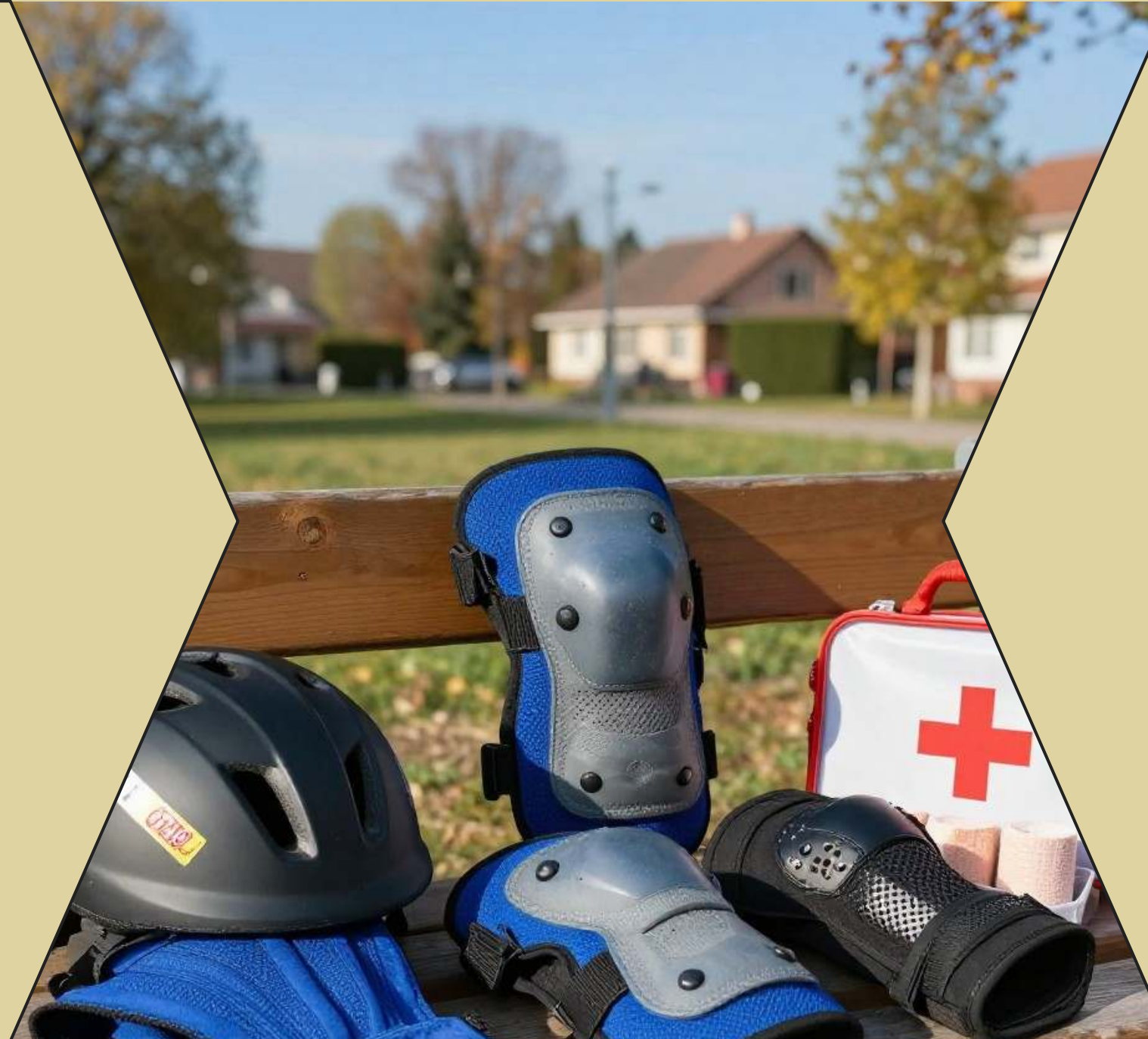


Падения и порезы составляют 80% случаев, поэтому профилактика именно этих травм может значительно снизить количество кровотечений.

Министерство здравоохранения РФ, 2023

# Профилактика травм и предупреждение кровотечений

- Использование защитной экипировки, такой как наколенники и шлемы, значительно снижает риск травм при спорте и активных играх.



- ◀ Внимательное обращение с острыми предметами и соблюдение правил безопасности в повседневной жизни помогают предотвратить множество бытовых травм и кровотечений.

# Когда требуется обязательно обращаться к врачу

**01**

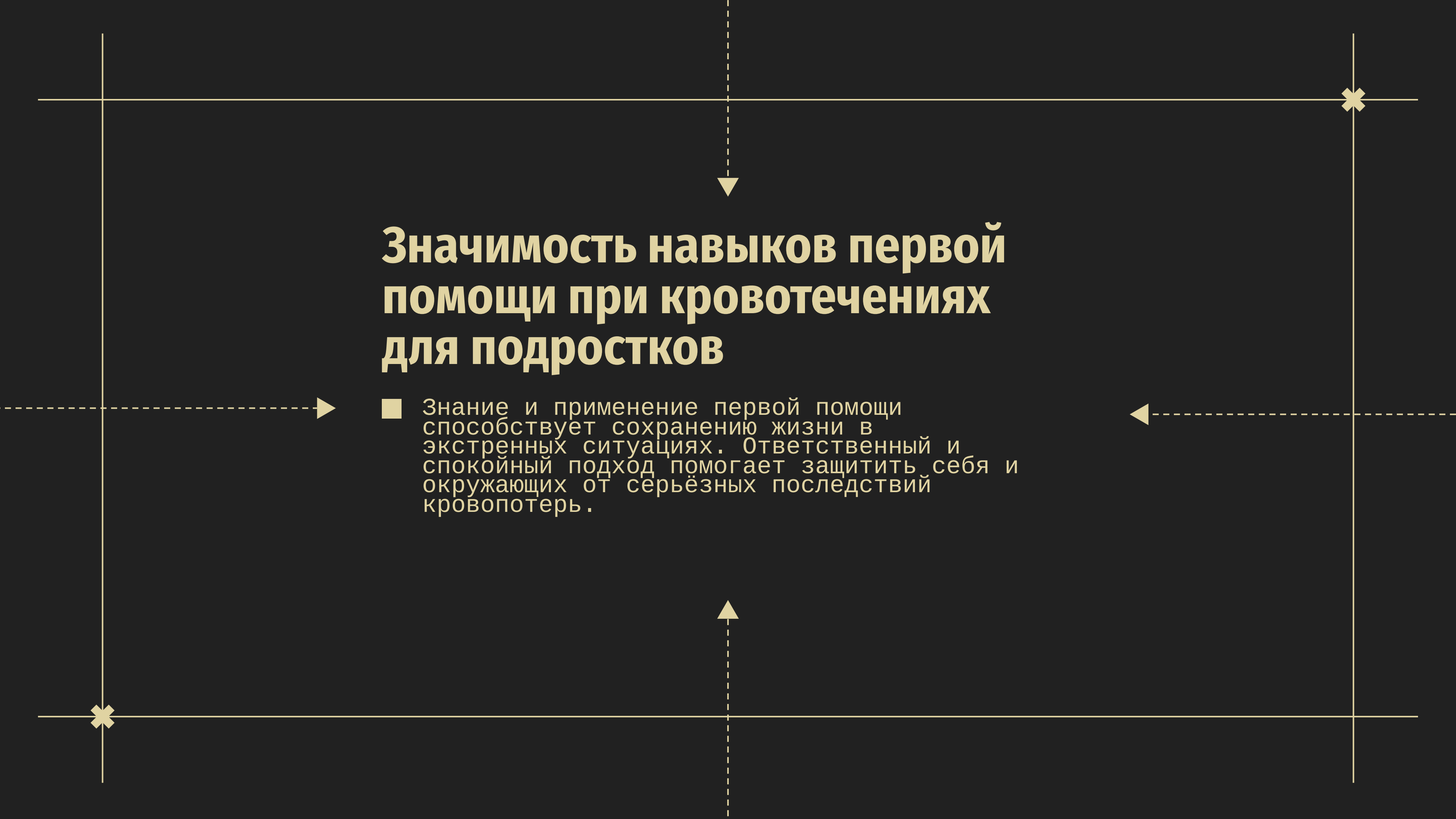
Если кровотечение не удаётся остановить в течение 10 минут, необходимо срочно вызвать медицинскую помощь.

**02**

При признаках шока — потливости, бледности, снижении давления, спутанности сознания — требуется немедленная профессиональная помощь.

**03**

Появление крови изо рта, носа или ушей после травмы свидетельствует о возможном внутреннем кровотечении, требующем срочной диагностики и лечения.



# Значимость навыков первой помощи при кровотечениях для подростков

- Знание и применение первой помощи способствует сохранению жизни в экстренных ситуациях. Ответственный и спокойный подход помогает защитить себя и окружающих от серьёзных последствий кровопотерь.