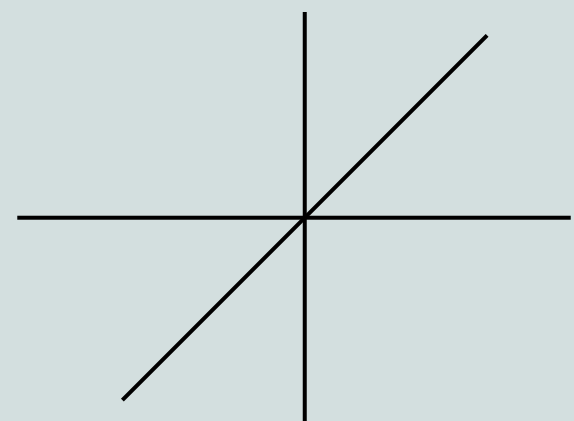
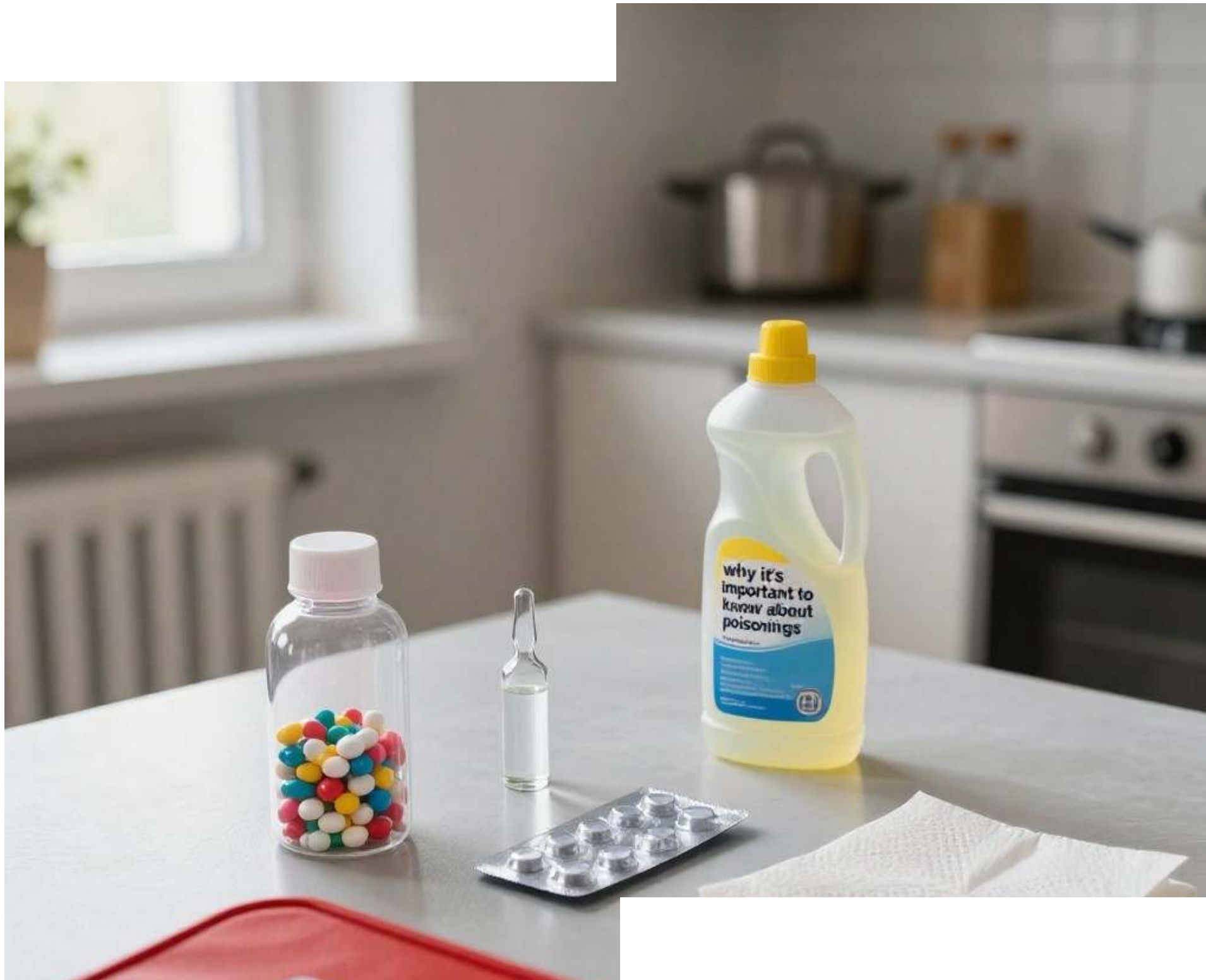


Отравления: что нужно знать школьнику 6 класса

Как распознать опасность и не растеряться вовремя



Почему важно знать об отравлениях

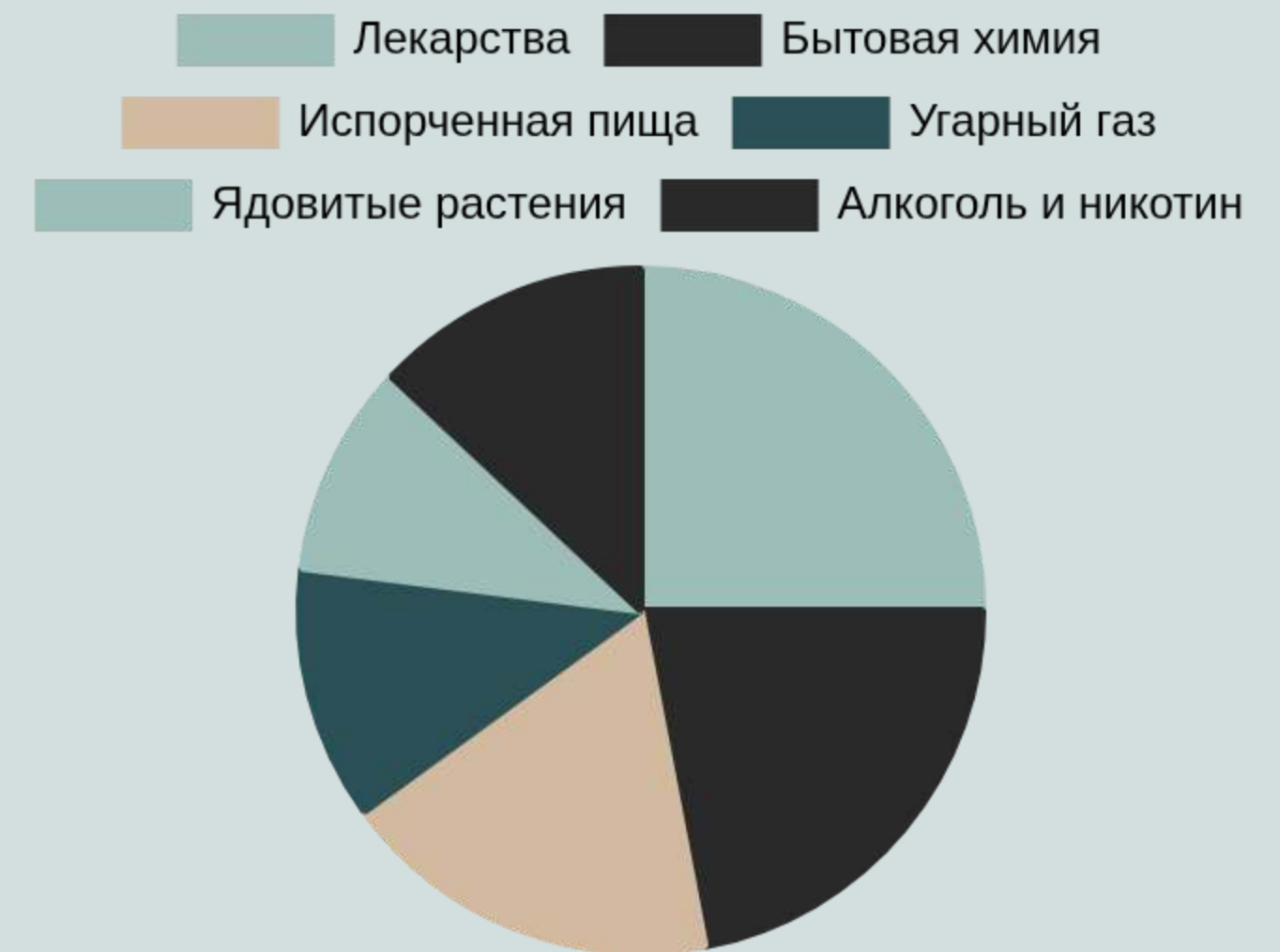


В 11–12 лет легко столкнуться с лекарствами, бытовой химией, неизвестными ягодами или дымом. Если знать первые признаки и правильные действия, можно быстрее помочь себе и другим и снизить риск тяжелых последствий.

Откуда чаще всего возникают отравления

Для школьника особенно важны домашние ситуации: неосторожность с таблетками, чистящими средствами и продуктами без проверки.

Лидируют источники, которые чаще всего находятся рядом с ребенком, поэтому профилактика начинается дома.



Что происходит в организме при отравлении

Вредное вещество может попасть через рот, дыхательные пути, кожу, глаза или сразу в кровь и начать нарушать работу органов.

Сначала страдают желудок, кишечник и дыхание, а затем могут подключиться нервная система, печень и почки; поэтому симптомы бывают разными.

Некоторые яды действуют почти сразу, другие проявляются позже, когда состояние уже заметно ухудшается и нужна помощь взрослых.

Тяжесть зависит от количества вещества, возраста и веса ребенка, а также от того, каким путем оно попало в организм.



Пути попадания яда в организм

Таблица показывает, как вещество попадает в организм, какие бывают первые признаки и чем это опасно.

Путь попадания помогает понять, какие симптомы искать и какую первую помощь начинать без промедления.

Путь	Пример	Признаки	Опасность
Через рот	Таблетки	Рвота, боль	Поражение желудка
Через дыхание	Угарный газ	Кашель, сонливость	Нехватка воздуха
Через кожу	Чистящее средство	Покраснение, зуд	Ожог кожи
Через глаза	Брызги химии	Слезы, боль	Проблемы со зрением

Первые признаки отравления

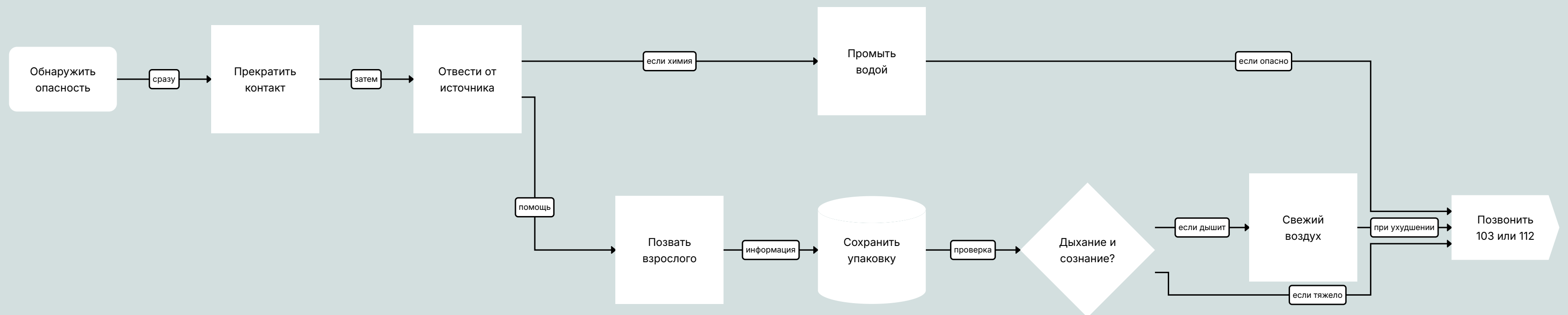


Тревогу должны вызвать тошнота, рвота, боль в животе, головокружение, слабость и сонливость. У детей эти симптомы часто появляются быстро, особенно если вещество попало внутрь или было вдохнуто.

Опасными признаками также бывают кашель, трудное дыхание, необычный запах изо рта, раздражение во рту, сыпь, сильная бледность и потеря сознания. Если такие признаки есть, медлить нельзя.

Алгоритм первых действий при отравлении

Схема составлена по базовым правилам первой помощи при подозрении на отравление.



Чего нельзя делать при отравлении

01

Нельзя вызывать рвоту без указания врача или медработника, потому что это может усилить вред и даже привести к дополнительному ожогу.

02

Нельзя давать молоко, еду, газированные напитки, алкоголь или лекарства наугад: такие действия мешают помощи и могут ухудшить состояние.

03

Нельзя заставлять пострадавшего пить, если он сонный, задыхается или теряет сознание. Важно не оставлять его одного и следить за изменениями.

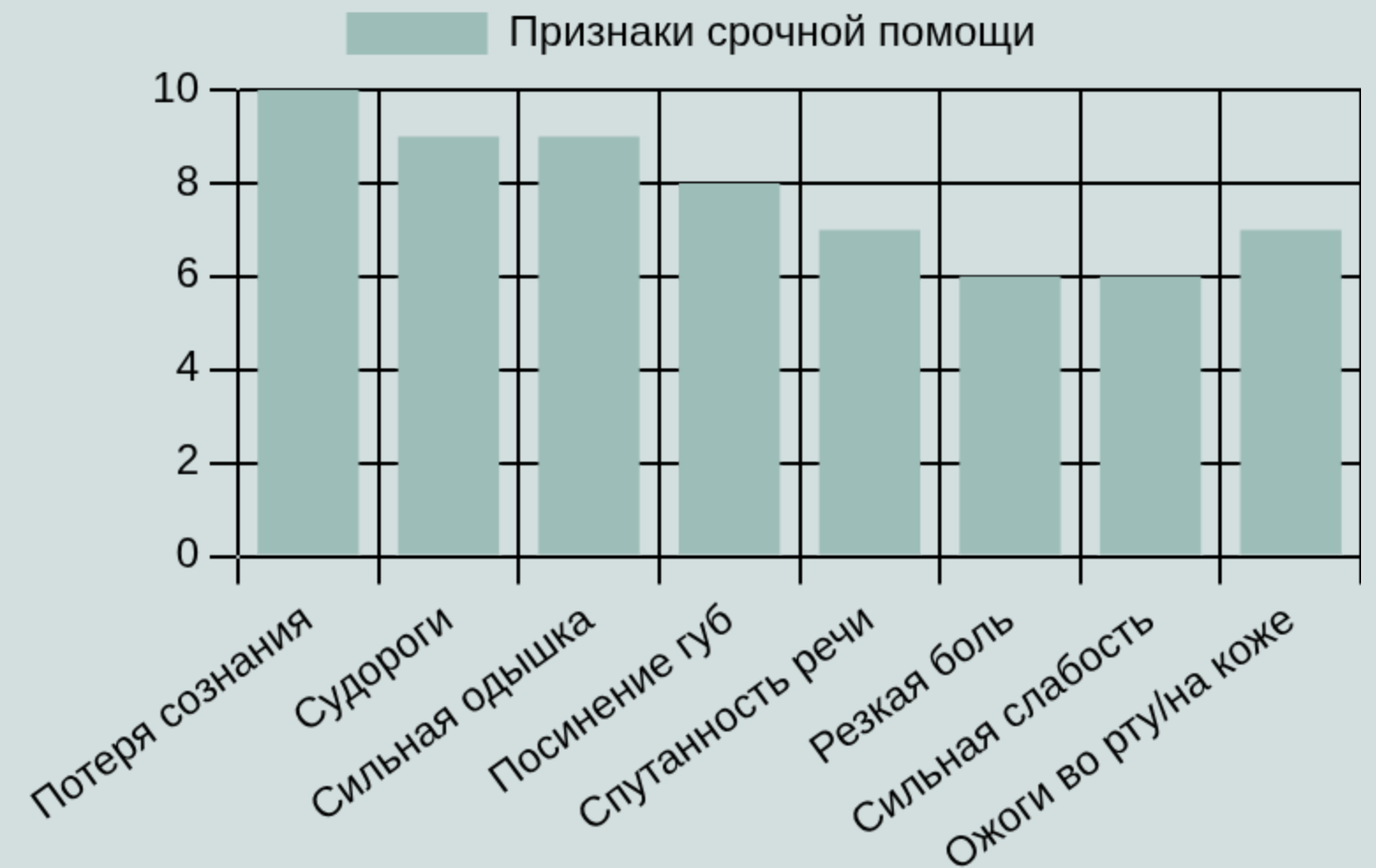
04

Нельзя скрывать упаковку, остатки вещества и время случившегося. Эти сведения нужны медикам, чтобы быстрее понять, что произошло.

Признаки, при которых нужна срочная помощь

Особенно внимательно нужно следить за дыханием, цветом губ и состоянием сознания: именно эти признаки меняются быстрее всего.

Если страдают дыхание или сознание, помощь нужна немедленно — без ожидания, что все пройдет само.



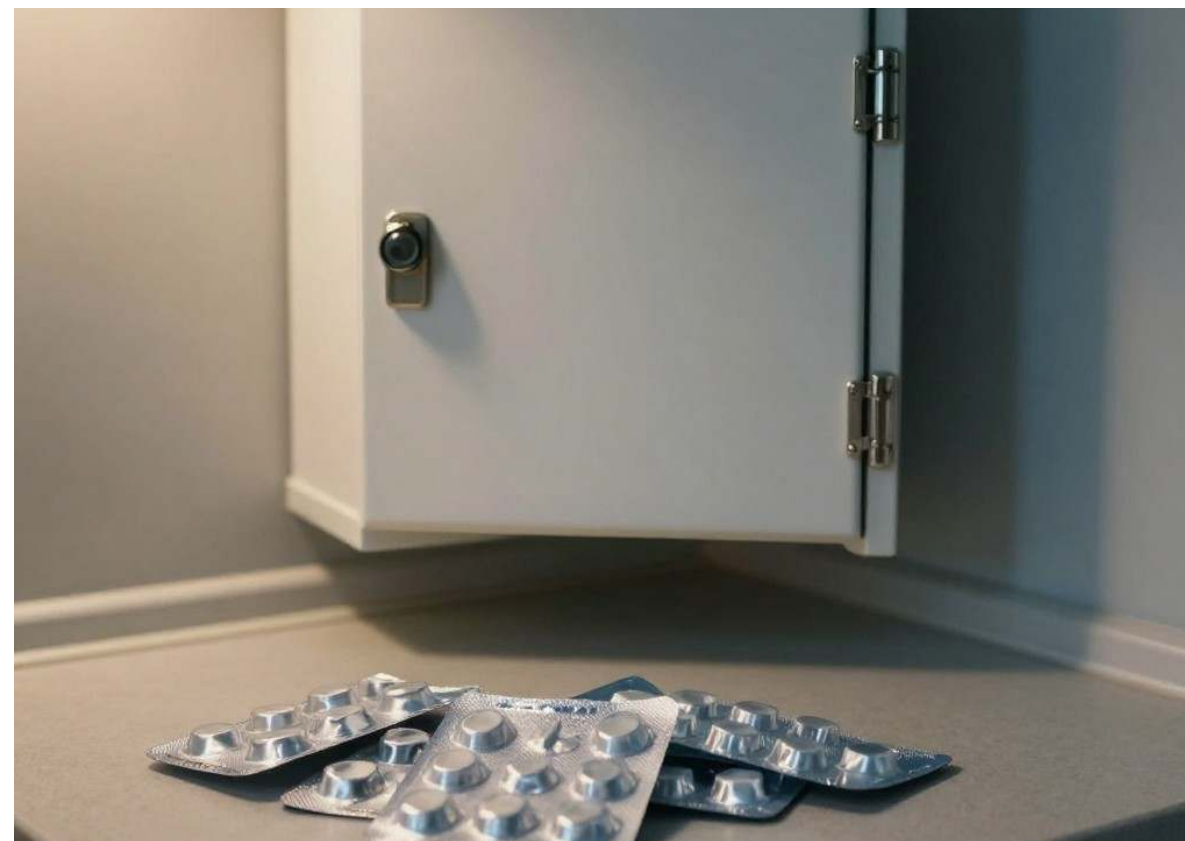
Отравление лекарствами



01

Таблетка, похожая на конфету

На столе лежат таблетки без упаковки, и ребенок может принять их за сладость. Особенно опасно, когда рядом стоят конфеты или яркие напитки: ошибка случается за секунду, а последствия бывают очень серьезными.



02

Аптечка должна быть закрыта

Лекарства нельзя хранить на виду или в доступном месте. Закрытая аптечка и блистеры помогают не перепутать препарат с чем-то обычным и напоминают, что принимать таблетки можно только по разрешению взрослого.



03

Неправильная доза — тоже опасность

Даже знакомое лекарство становится вредным, если принять его без назначения или в большем количестве. Поэтому на упаковке важно читать название, дозировку и не брать таблетки самостоятельно, когда нет взрослого рядом.

Что делает бытовую химию опасной



Попадание внутрь

Средства для мытья и очистки особенно опасны, если их случайно проглотить. Даже небольшое количество может вызвать ожог слизистых, боль в животе, тошноту и рвоту.



Контакт с кожей

Если химическое средство попало на кожу, оно может вызвать покраснение, зуд, ожог или сильное раздражение. Особенно быстро реагируют чувствительная кожа и открытые ранки.



Пары и аэрозоли

При вдыхании паров растворителей, отбеливателей и спреев раздражаются дыхательные пути. Появляются кашель, слезотечение, головокружение и чувство нехватки воздуха.



Опасные смеси

Нельзя смешивать хлорсодержащие средства с кислотами или аммиаком. При этом могут выделяться ядовитые газы, опасные даже в небольшом помещении без хорошего проветривания.

Как распознать угарный газ

01

Угарный газ не имеет цвета и запаха, поэтому его нельзя заметить без специального прибора. Он накапливается там, где топливо сгорает плохо или вентиляция работает слабо.

02

Первые признаки часто похожи на обычное недомогание: головная боль, слабость, тошнота, сонливость, шум в ушах и головокружение. Если человек находится в помещении, риск нужно считать серьезным.

03

Особенно опасны закрытые комнаты, гаражи, автомобили и неисправные печи или котлы. При подозрении нужно сразу выйти на свежий воздух и сообщить взрослым или вызвать помощь.

Что происходит, когда еда становится опасной



Холодильник, где продукты уже нельзя есть

Иногда опасность скрывается прямо на полке: у молока, мяса или готовой еды истек срок годности, а упаковка выглядит почти как новая. Если продукт пахнет необычно, вздулся или долго стоял без холода, его есть нельзя.



Плохие привычки на кухне

Грязные руки, одна разделочная доска для сырого мяса и готовой еды, а также продукты, забытые на столе, быстро повышают риск отравления. В таких случаях бактерии и токсины попадают в пищу и вызывают болезнь.

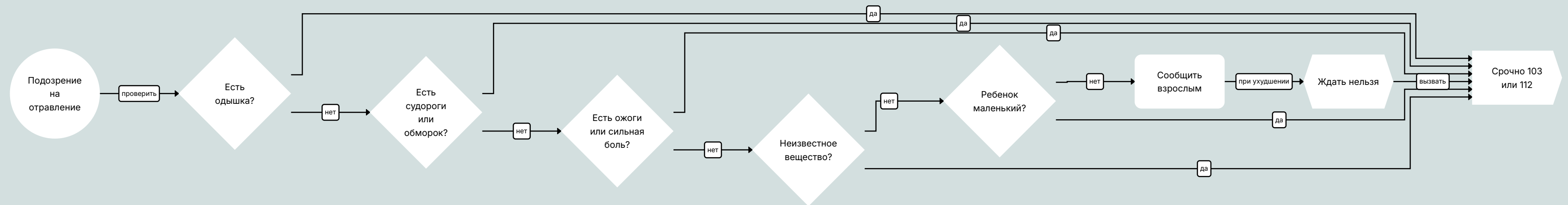


Когда желудок подает сигнал

Через несколько часов после опасной еды могут появиться рвота, понос, боль в животе, слабость и температура. На иллюстрации удобно показать холодильник и даты годности, чтобы было видно, что именно требует особой проверки.

Когда нужна срочная медицинская помощь

Схема показывает симптомы и ситуации, при которых нельзя ждать и нужно срочно обращаться за помощью.



Сравнение частых видов отравлений

Вид	Симптомы	Первое действие
Лекарства	сонливость, рвота	взрослый, 103/112
Химия	ожоги, кашель	вода, помощь
Пища	понос, температура	взрослый, покой
Угарный газ	головная боль, слабость	свежий воздух, 103/112

Таблица помогает быстро сопоставить источник опасности, характерные симптомы и первый шаг. Это удобно для запоминания и выбора правильного действия.

Первые действия зависят от источника, но почти всегда нужны взрослый рядом, сохранение упаковки и быстрая связь с медиками.

Опасные растения, грибы и укусы



Неизвестные растения

Ягоды, листья и сок некоторых растений могут вызвать ожоги кожи и слизистых, а также тошноту, рвоту и слабость. Любое незнакомое растение лучше не трогать.



Грибы без взрослых

Грибы, собранные без взрослых и без точного знания вида, могут оказаться ядовитыми. Даже небольшая проба иногда приводит к тяжелому отравлению, поэтому их нельзя есть наугад.



Укусы насекомых

Укусы ос, пчел и некоторых насекомых вызывают боль, отек и покраснение. У чувствительных людей может развиваться сильная аллергическая реакция, требующая срочной помощи.



Ядовитые животные

Укус змеи или контакт с ядовитым животным опасен болью, отеком и ухудшением самочувствия. В такой ситуации важно не паниковать и немедленно позвать взрослого.

Почему никотин, вейпы и алкоголь тоже опасны



01

Даже небольшая доза может навредить

Никотин и алкоголь способны вызвать отравление у подростка быстрее, чем кажется. Появляются тошнота, головокружение, рвота, шаткость походки и спутанность сознания, из-за чего человек плохо контролирует свои действия.



02

Вейп — это не безвредный пар

Жидкости для вейпов содержат никотин и ароматические добавки, которые раздражают дыхательные пути. На картинке можно показать предупреждающий знак рядом с устройством, чтобы было ясно: это не игрушка и не сладкий аэрозоль.



03

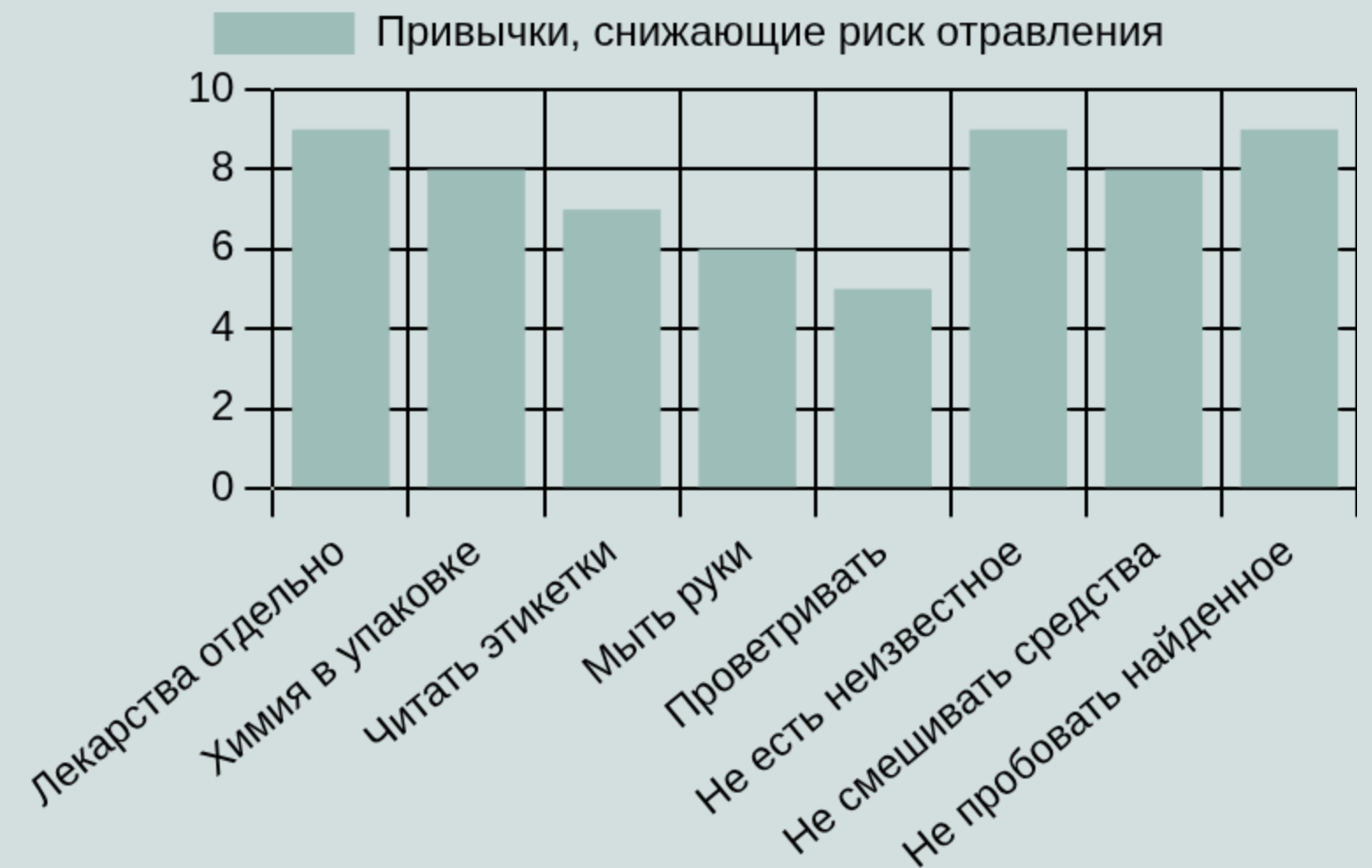
Опасность, которую нельзя пробовать

Бутылка с алкоголем и вейп могут выглядеть ярко и привлекательно, но для организма это риск. Если подростку стало плохо после такой жидкости, нужно сразу обратиться к взрослым и не пытаться скрыть случившееся.

Как снизить риск отравления дома и в школе

Опасные вещества чаще всего становятся причиной проблем, когда к ним относятся невнимательно. Простые привычки помогают избежать случайного контакта с ними.

Лучше всего работают правила хранения и отказ от сомнительных продуктов или жидкостей. Это снижает риск еще до появления первых симптомов.



Памятка безопасности для школьника



Знать экстренные номера

Если состояние ухудшается, нужно помнить номера 103 и 112. Они помогают быстро связаться со скорой помощью, когда рядом нет взрослых или нужно срочно сообщить о беде.



Сказать, кто ты и где находишься

Полезно знать свой адрес, имя и класс, чтобы быстро и точно объяснить ситуацию взрослым или диспетчеру. Чем понятнее ответ, тем быстрее придет помощь.



Не брать чужие таблетки и бутылки

Нельзя пробовать неизвестные лекарства, напитки и жидкости, даже если они выглядят как обычные конфеты или сок. Любая такая находка должна остаться нетронутой.



Проверять еду и сроки годности

Перед едой важно смотреть на срок годности, запах и внешний вид продукта. Просроченная или подозрительная еда может вызвать рвоту, боль в животе и слабость.



Сообщать о странном запахе

Запах дыма, газа или химии нельзя игнорировать. Нужно сразу отойти от источника, предупредить взрослых и не оставаться рядом, если воздух кажется опасным.

Отравления можно предупредить



Если хранить опасные вещества отдельно, замечать первые симптомы и быстро звать взрослых, многих отравлений удастся избежать. Внимательность и простые правила безопасности работают каждый день.