

Остановка сердца и прекращение дыхания: почему это тема ОБЗР

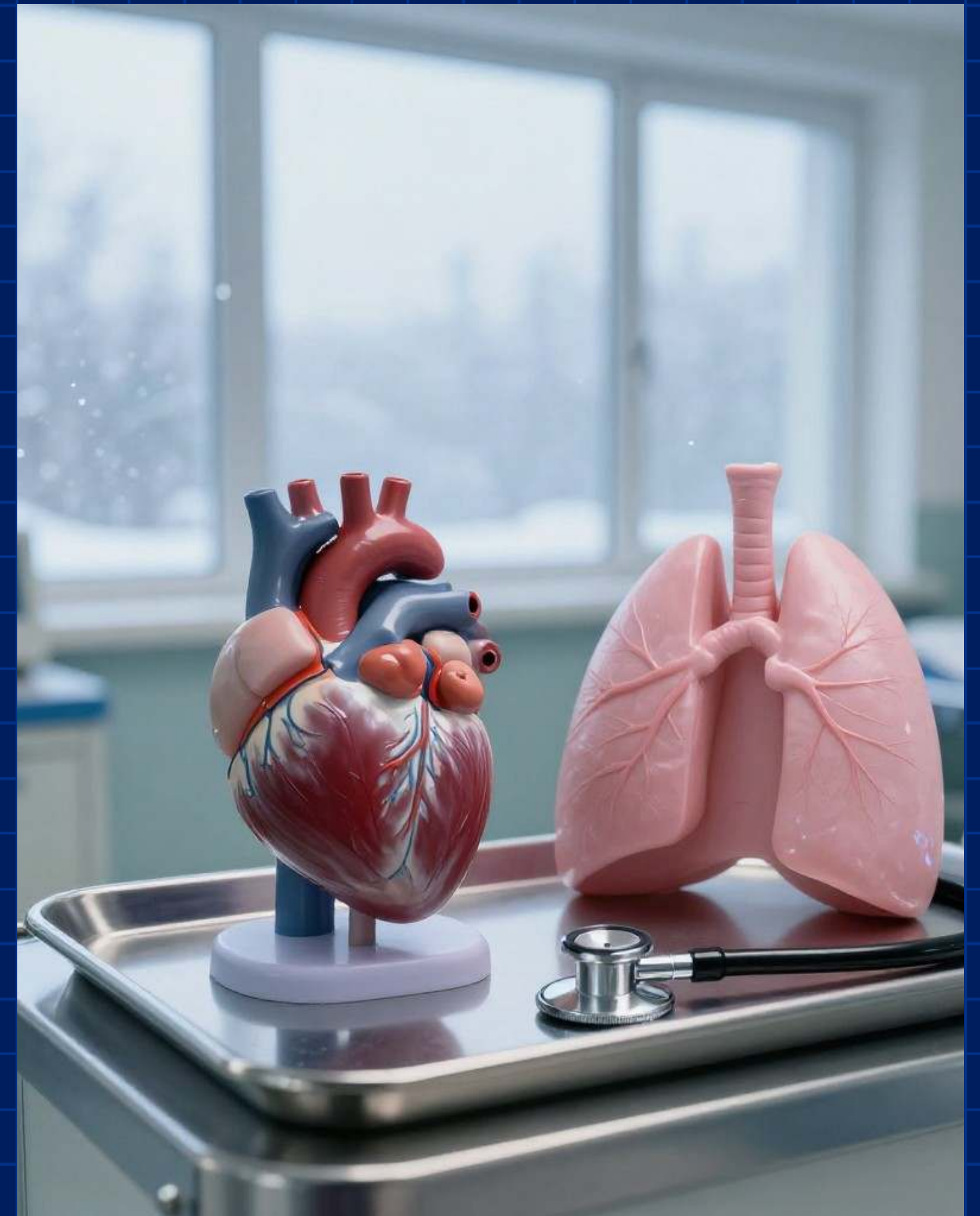
Первые минуты решают: знания и быстрые действия спасают жизнь.

1. 2. 109 8



Почему сердце и дыхание так важны для жизни

Сердце разносит кровь, лёгкие насыщают её кислородом, а мозг особенно быстро страдает без него. Если один из этих механизмов останавливается, человек может потерять сознание за считанные секунды.



Что такое остановка сердца

Остановка сердца — это внезапное прекращение его нормальной работы, когда кровь перестаёт эффективно двигаться по сосудам и органы быстро остаются без кислорода.

Человек обычно теряет сознание, не отвечает на голос и прикосновение, а дыхание становится отсутствующим или очень редким. Это уже опасная ситуация, требующая немедленной помощи.

Кожа может бледнеть или синеть, особенно губы. На крупных артериях пульс часто не ощущается, но тратить время на его поиск нельзя.



Что такое прекращение дыхания

1
2
3
4

Прекращение дыхания означает, что воздух не поступает в лёгкие в нужном объёме, а значит, кровь не получает достаточного количества кислорода.

Такое состояние может возникнуть при удушье, утоплении, тяжёлой аллергии, травме грудной клетки, отравлении или поражении электрическим током.

Без дыхания мозг очень быстро начинает испытывать кислородное голодание. Сердце тоже страдает, поэтому время на ожидание почти нет.

Чем раньше человек получит помощь, тем выше шанс сохранить жизнь и избежать тяжёлых последствий для здоровья.

Признаки опасного состояния

Признак	Что видно
Сознание	Нет реакции
Дыхание	Нет нормального
Вдохи	Редкие, судорожные
Цвет кожи	Губы синеют
Вывод	Звонить 112

Учебный алгоритм первой помощи и ОБЗР

Если несколько признаков появляются вместе, помощь нужна немедленно.

Сочетание этих признаков указывает на критическое состояние: сначала вызывают 112, затем сразу начинают помощь.

Как выглядит пострадавший в критическом состоянии



Человек не реагирует

Пострадавший лежит неподвижно и не отвечает на голос или прикосновение. Рядом безопасно стоит помощник, который быстро оценивает обстановку, не теряя времени на лишние действия.



Дыхание выглядит необычно

Иногда заметны редкие судорожные вдохи, похожие на хрип или всхлип. Это не нормальное дыхание, а тревожный признак, при котором счёт идёт на секунды.

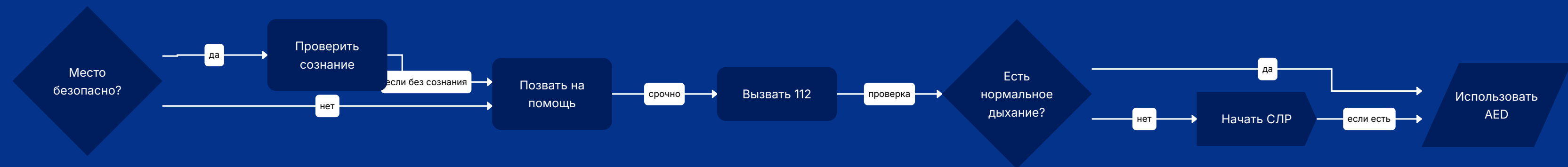


Под рукой — телефон и AED

Помощник уже вызывает 112 и, если возможно, просит принести AED. Правильная оценка состояния занимает всего несколько секунд, но именно она помогает не упустить время.

Порядок первых действий

Алгоритм первой помощи при остановке сердца и прекращении дыхания





Именно поэтому нельзя медлить: вызов 112, компрессии грудной клетки и AED нужны как можно раньше.

4-6 МИНУТ

**без кислорода могут
начаться тяжёлые
необратимые изменения в
мозге.**



Учебные материалы по первой помощи и ОБЗР

Как снижается шанс выживания с течением времени



Учебная схема по первой помощи; значения на графике иллюстративные, без точной клинической шкалы

Ранний вызов помощи и непрерывные действия до приезда врачей заметно меняют исход ситуации.

Чем дольше нет помощи, тем ниже шанс выживания; первые минуты особенно ценны.

Частые причины у детей и подростков

1

log



Удушье

Опасность создают еда, мелкие предметы и игры, во время которых ребёнок может случайно перекрыть дыхательные пути.



Утопление

Даже короткое пребывание под водой опасно. Если ребёнок наглотался воды и перестал дышать, помощь нужна сразу.



Аллергия и травмы

Тяжёлая аллергическая реакция, удар в грудь, падение или поражение током могут быстро нарушить дыхание и работу сердца.



Отравление и рискованное поведение

У подростков опасность повышают игры у воды, драки, нарушение правил безопасности и игнорирование жалоб на сильную слабость или одышку.

2

x

Сердечно-лёгочная реанимация: что она даёт

1

СЛР не устраняет причину остановки сердца, но временно поддерживает минимальный кровоток, чтобы мозг и важные органы получали хоть немного кислорода до прибытия врачей.



2

Компрессии грудной клетки заменяют слабую или отсутствующую работу сердца и помогают крови двигаться по организму, когда естественное кровообращение уже не работает.



3

Лучший результат даёт немедленное начало СЛР, отсутствие долгих пауз и правильный ритм нажатий, потому что промедление быстро уменьшает шансы на спасение.

4

Что делать и чего не делать

1

3

Делать	Не делать
Вызвать 112	Давать еду и воду
Начать компрессии	Искать пульс долго
Использовать AED	Оставлять одного
Следить за дыханием	Терять время

Алгоритм первой помощи при остановке сердца и прекращении дыхания, ОБЗР

В первые минуты важны простые и быстрые действия: они дают пострадавшему больше шансов до приезда скорой помощи.

Срочные и понятные шаги важнее лишних действий: помощь нужно начать сразу, а ненужные задержки могут стоить жизни.

2

Автоматический внешний дефибриллятор (AED)

Обнаружение пострадавшего

После вызова 112 AED ищут рядом, чтобы как можно скорее применить его при остановке сердца и не терять драгоценные минуты.

Анализ ритма

Аппарат подаёт голосовые подсказки, подсказывает действия и сам проверяет сердечный ритм, чтобы определить, нужен ли электрический разряд.

Разряд и продолжение помощи

Если AED рекомендует разряд, его выполняют по инструкции, а затем сразу продолжают помощь, пока не придут врачи.

Безопасность спасателя

- Перед тем как подойти к пострадавшему, нужно оценить место: не заходить в воду, не касаться проводов и не приближаться к пожару, дыму или обрушению.
- Если место опасно, помощь оказывают только после устранения угрозы или вызова специалистов. Безопасность спасателя обязательна: нельзя допустить, чтобы пострадавших стало двое.



Основные причины и первые действия

Удушье Утопление Травма Аллергия
Отравление Болезни сердца



Учебный обзор причин неотложных состояний, ОБЗР

У разных причин свои поводы, но алгоритм помощи в первые минуты остаётся одинаковым и не должен зависеть от догадок.

Независимо от причины, решают скорость реакции, вызов 112, компрессии грудной клетки и применение AED при наличии.

Как помогают диспетчеры и врачи



Диспетчер 112

Уточняет адрес, возраст пострадавшего, сознание и дыхание, затем даёт чёткие пошаговые указания, чтобы помощь началась сразу и без лишней растерянности.



Подсказки по телефону

По телефону можно получать простые команды: что проверить, как уложить человека и когда начинать компрессии грудной клетки, не прерывая помощь и не теряя время.



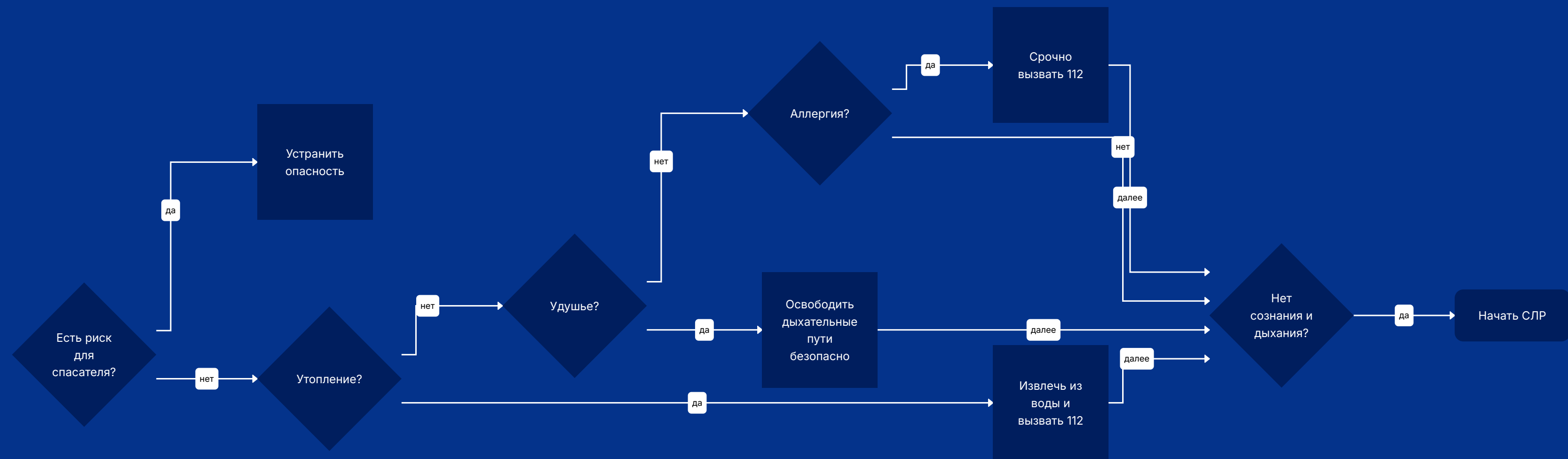
Бригада скорой помощи

Врачи используют кислород, лекарства, дефибрилляцию и аппаратуру для поддержки дыхания и кровообращения, продолжая спасение уже на профессиональном уровне.



Особые ситуации: утопление, удушье, аллергия

Схема показывает, что при разных причинах действия начинаются по ситуации, но при потере сознания и отсутствии нормального дыхания всегда переходят к СЛР.



Профилактика в школе и дома

1

log



Безопасная еда

Ешьте спокойно, не разговаривая и не смеясь с полным ртом, а мелкие предметы и детали держите подальше от малышей, чтобы снизить риск удушья.



Осторожность у воды

Не заходите в воду без присмотра взрослых и соблюдайте правила на пляже, у бассейна и зимой на льду, потому что утопление развивается очень быстро.



Электробезопасность

Пользуйтесь исправными розетками и приборами, не трогайте оголённые провода и сообщайте взрослым о неисправностях, чтобы избежать поражения током.



Защита в пути и спорте

При поездках и занятиях спортом используйте ремни безопасности и шлемы: это снижает риск тяжёлых травм, которые могут нарушить дыхание и работу сердца.



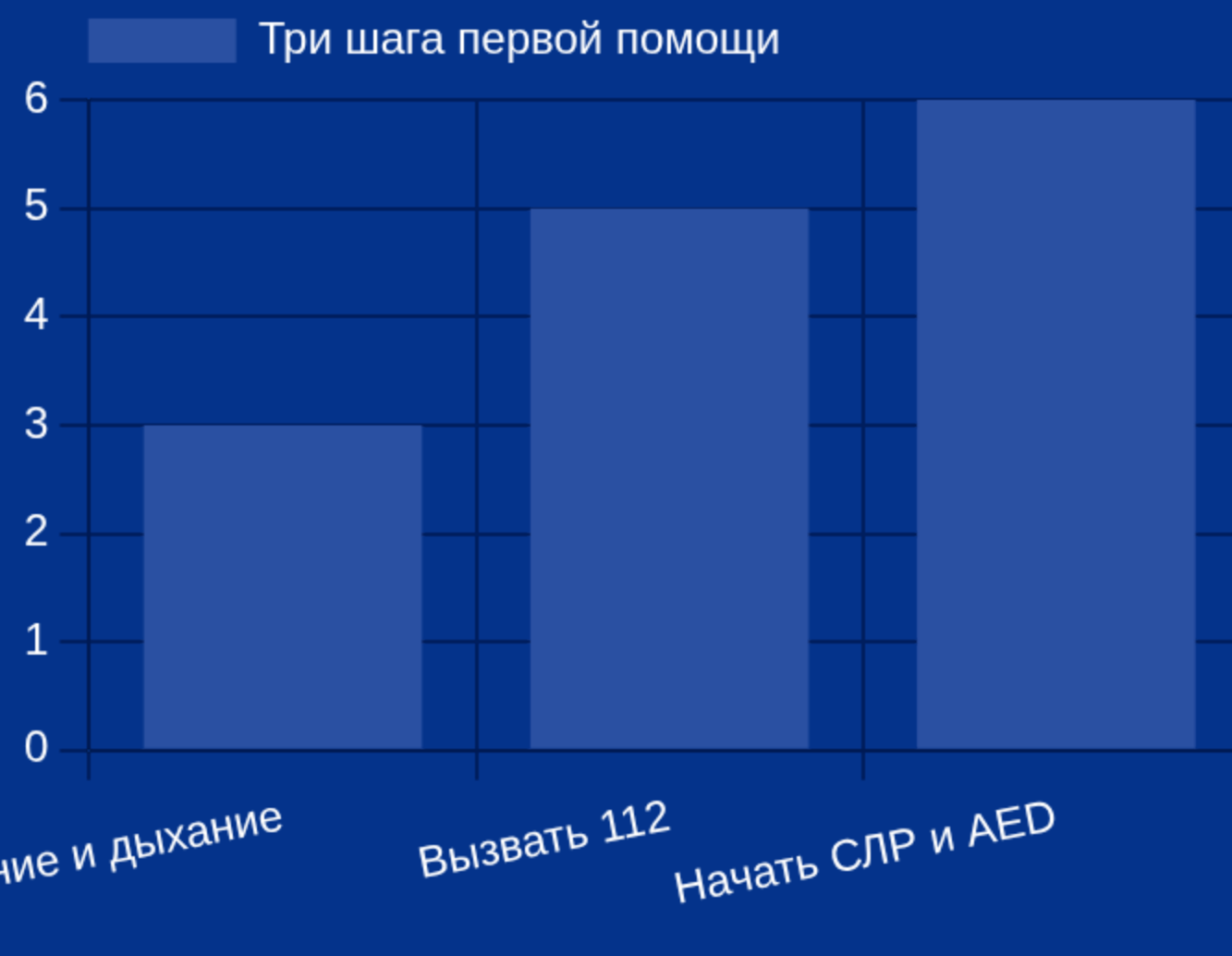
Знание алгоритма

Помните телефоны экстренных служб и регулярно повторяйте первую помощь на уроках ОБЗР, чтобы быстрее заметить опасные симптомы и действовать без паники.

2



Три шага, которые запоминаются прежде всего



Учебный алгоритм первой помощи при остановке сердца и прекращении дыхания, ОБЗР

Даже короткая задержка заметно ухудшает исход, поэтому последовательность действий нужно довести до автоматизма.

Чем раньше выполнены три ключевых шага, тем выше шанс сохранить жизнь до приезда врачей.

Главная мысль урока: действовать быстро, спокойно и по алгоритму

Остановка сердца и прекращение дыхания требуют мгновенной реакции. Если помнить признаки, вовремя вызвать 112 и начать помощь, можно выиграть самые важные минуты и спасти жизнь.



cos

sin

1

tg

ctg