

# Первая помощь при кровотечениях: значение и ключевые темы

Кровотечения — критическое состояние,  
требующее быстрой и правильной реакции.



# Значение первой помощи при кровотечениях в современном мире

Кровотечения остаются частой причиной травматической смерти. Навыки их остановки особенно важны для подростков в быту и спорте, повышая безопасность и снижая риски осложнений.



# Что такое кровотечение и как оно возникает

## Определение кровотечения

Кровотечение — это утечка крови из повреждённых кровеносных сосудов. Оно возникает при нарушении целостности артерий, вен или капилляров в результате травмы или других воздействий.

## Причины кровотечений

Основными причинами служат механические повреждения: порезы, ушибы, проколы, а также хирургические операции. Падения и бытовые травмы часто провоцируют кровотечения у подростков.

## Механизм повреждения сосудов

Повреждение сосудистой стенки приводит к выходу крови наружу. Артерии прорываются под давлением, вены — истекают медленнее, капилляры выделяют кровь точечно через мелкие раны.



# Основные виды кровотечений по источнику

Артериальное кровотечение характеризуется ярко-красной кровью, выходящей рывками под высоким давлением. Требует немедленных экстренных действий.

Венозное кровотечение проявляется ровным потоком тёмной крови, текущей медленно. Создаёт риск длительной кровопотери, требует аккуратных мер остановки.

Капиллярное кровотечение состоит из мелких, часто точечных капель. Обычно малозначительное, быстро останавливается простыми методами.

# Почему кровотечения опасны для подростков

## Потеря объёма крови и риск шока

У подростков потеря даже 20% крови, примерно 700–800 мл, может вызвать тяжёлый шок. Организм теряет способность поддерживать жизненно важные функции, что угрожает здоровью и жизни.



## Последствия кровопотери без помощи

Значительная кровопотеря приводит к анемии и снижению тонуса сосудов. Без быстрой остановки возрастают риски потери сознания и длительных осложнений, поэтому первая помощь имеет критическое значение.

# Признаки кровотечений и их проявления

## Видимые симптомы кровотечения

Постоянное выделение крови из раны, заметная бледность кожных покровов и повышенное сердцебиение — первые признаки опасного кровотечения, требующие внимания.

## Общее ощущение пострадавшего

Человек может испытывать слабость, головокружение и жажду, сигнализируя о снижении объёма крови и начальной стадии шока при сильной кровопотере.

## Потеря сознания при тяжелых кровотечениях

При массивных кровотечениях наблюдается резкое ухудшение состояния и возможная потеря сознания. Требуется немедленная помощь и профессиональная медицинская поддержка.

# Шаги первой помощи при травматическом кровотечении

Оцените безопасность места происшествия и наличие индивидуальных средств защиты перед оказанием помощи.

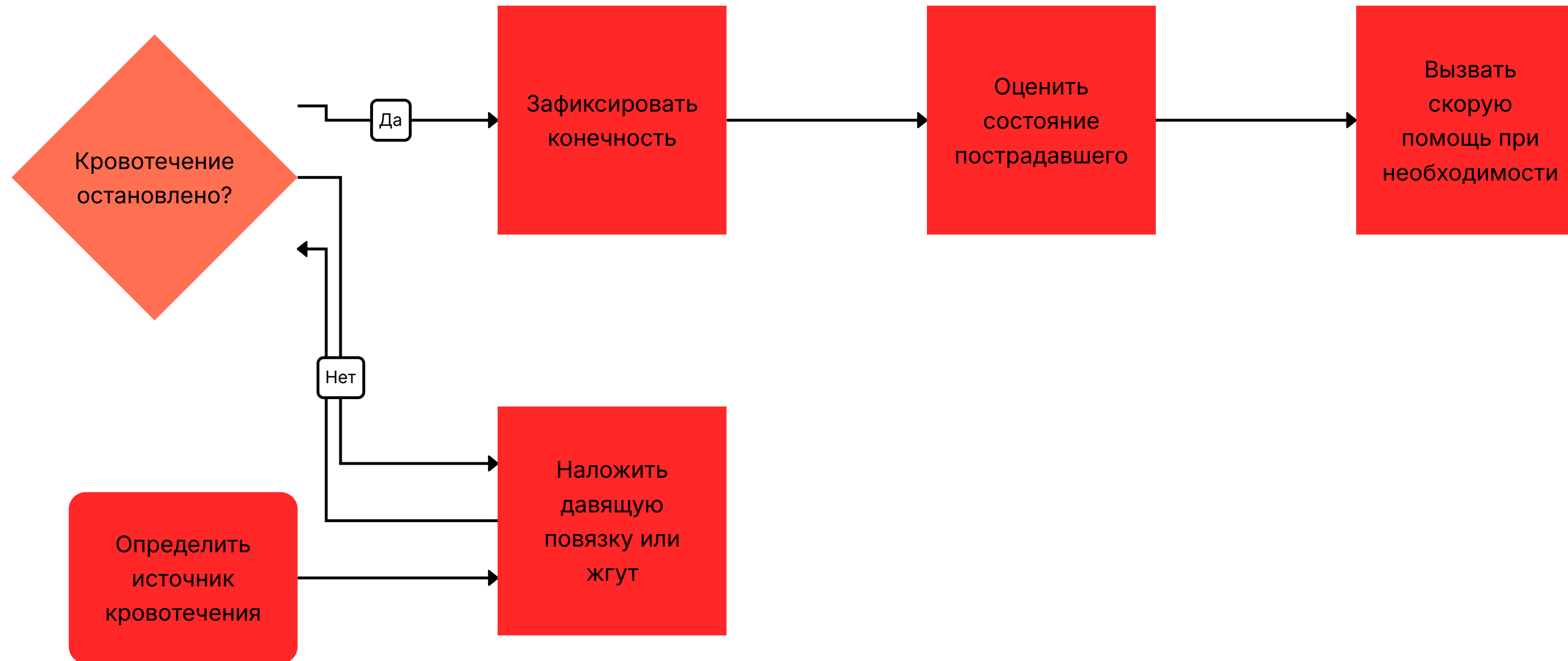
Определите источник крови и примите меры для немедленной её остановки механическим способом.

В случае серьёзного кровотечения быстро вызовите скорую медицинскую помощь для дальнейшего лечения.

Используйте стерильные материалы при наложении повязки, чтобы снизить риск инфицирования раны.

# Пошаговый алгоритм остановки кровотечения

Краткое руководство для быстрой и эффективной первой помощи



# Методы и инструменты остановки капиллярного кровотечения

## Лёгкое давление и перевязка

Капиллярное кровотечение успешно останавливается наложением стерильной салфетки с лёгким прижимом. Это минимизирует кровопотерю и способствует быстрому заживлению.

## Антисептическая обработка раны

Промывание раны антисептиком уменьшает риск инфекции и способствует эффективному восстановлению тканей после незначительного кровотечения.

# Основные действия при остановке венозного кровотечения

1

Наложите давящую повязку ниже места раны, чтобы  
снизить приток крови. Приподнимите конечность выше  
уровня сердца для уменьшения давления в венах.

2

Избегайте полного передавливания вен, чтобы не  
нарушить отток крови. Медленный ровный поток тёмной  
крови требует аккуратного и контролируемого  
вмешательства.

# Остановка артериального кровотечения: экстренные меры

1

При артериальном кровотечении необходимо срочно прижать сосуд выше раны с максимальной силой. Это позволяет снизить давление крови и ограничить её выход из повреждённого сосуда.

2

Если возможно, быстро наложите жгут или палку-треногу над раной. Обязательно зафиксируйте время наложения жгута на видном месте для контроля безопасности пострадавшего.

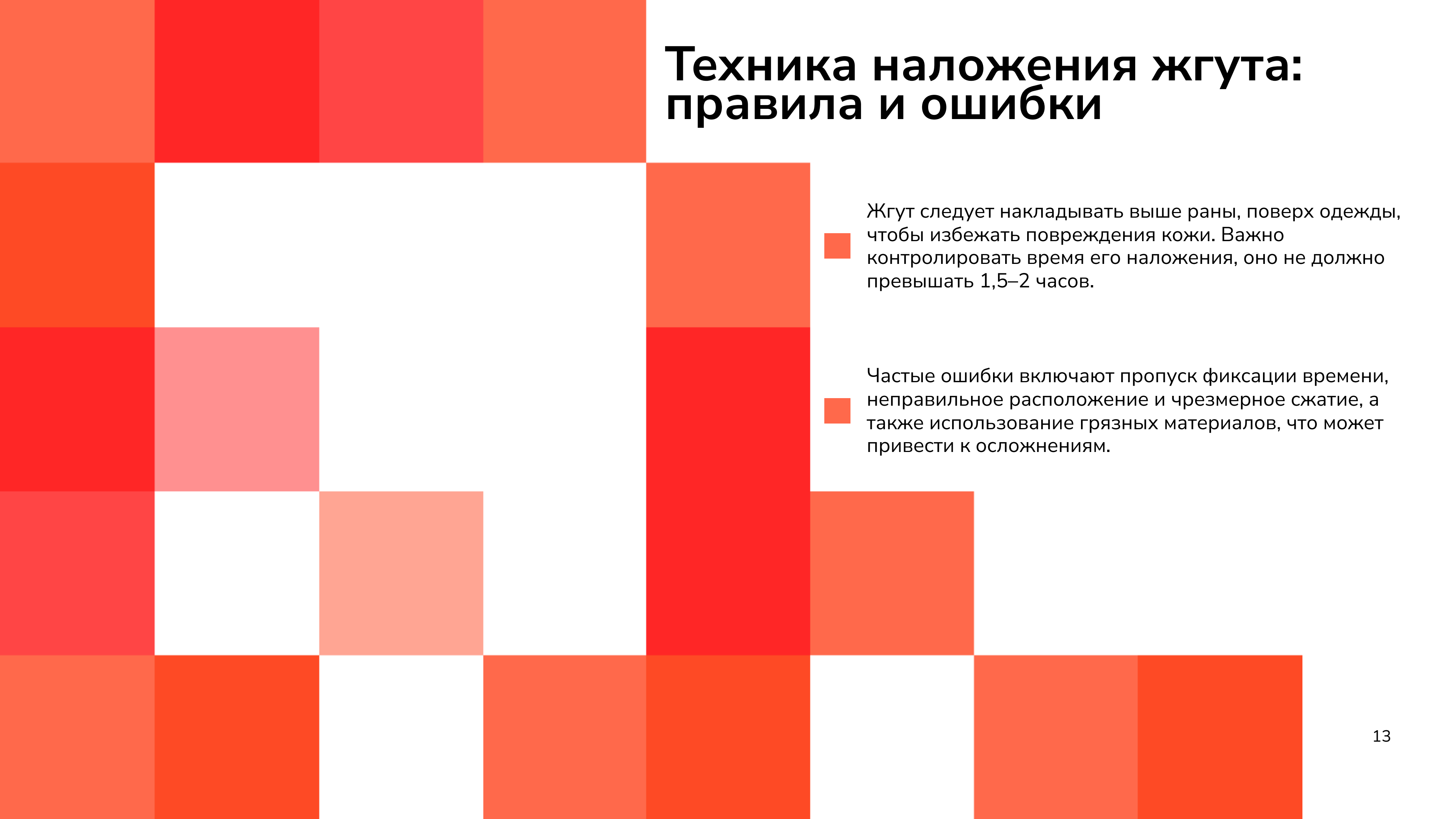
# Степени потери крови и последствия для здоровья

Средний объём крови у подростков составляет около 3,5–4 литров, что влияет на их устойчивость к кровопотере.

Потеря свыше 30% вызовет выраженную слабость, а более 50% объёма крови может привести к фатальным последствиям без срочной помощи.

Медицинские руководства по первой помощи, 2023

# Техника наложения жгута: правила и ошибки



Жгут следует накладывать выше раны, поверх одежды, чтобы избежать повреждения кожи. Важно контролировать время его наложения, оно не должно превышать 1,5–2 часов.

Частые ошибки включают пропуск фиксации времени, неправильное расположение и чрезмерное сжатие, а также использование грязных материалов, что может привести к осложнениям.

# Сравнение кровоостанавливающих средств

Таблица показывает эффективность и особенности разных кровоостанавливающих средств для различных ситуаций.

Жгут используют при интенсивных артериальных кровотечениях, а салфетки подходят для незначительных ран.

Рекомендации ВОЗ по первой помощи 2023

| Средство              | Преимущества                             | Использование                 |
|-----------------------|------------------------------------------|-------------------------------|
| Салфетка              | Удобна в быту                            | Легкие раны                   |
| Жгут                  | Эффективен при артериальном кровотечении | Критические ситуации          |
| Ткань                 | Доступна без специальной подготовки      | При отсутствии других средств |
| Гемостатическая губка | Ускоряет свертывание                     | Ранения разной сложности      |

# Первая помощь при носовом кровотечении у подростков

1

Необходимо усадить пострадавшего и наклонить голову слегка вперёд, чтобы избежать попадания крови в дыхательные пути. Крылья носа следует сжать на 5–10 минут.

2

Прикладывание холода к области переносицы снижает кровоток сосудов. Запрещено запрокидывать голову назад, чтобы предотвратить аспирацию крови.

# Правила обработки и защиты раны после остановки кровотечения



Обработайте рану антисептическим раствором для предотвращения инфекции. Наложите стерильную салфетку и фиксирующий бинт, обеспечив чистоту и защиту повреждённого участка.

Не пытайтесь самостоятельно удалять инородные тела из глубокой раны, ждите приезда медиков. Следите за появлением признаков инфекции: покраснение, отёк или гнойные выделения.

# Распространённые ошибки при оказании первой помощи



Снятие жгута раньше нормы может привести к некрозу тканей и усилению кровотечения. Использование грязной ткани повышает риск появления инфекции на ране.

Задержка с вызовом скорой и неправильная фиксация повязки значительно ухудшают состояние пострадавшего и замедляют процесс выздоровления.

# Критические ситуации: когда необходим вызов скорой помощи



Срочно вызывайте помощь при сильном артериальном кровотечении, которое невозможно остановить самостоятельно, или признаках шока (бледность, холодный пот).

Также поводом для вызова скорой являются большие глубокие раны, интенсивная непрекращающаяся боль и расстройства сознания пострадавшего.

# Профилактика травм и кровотечений: правила безопасности для школьников



Важно соблюдать правила безопасности при занятиях спортом и работе с острыми предметами, использовать защитные перчатки и повязки для предотвращения ранений.

Образовательные учреждения должны обеспечивать доступ к обучающим материалам по первой помощи и создавать условия для безопасного обучения и игр.

# **Первая помощь при кровотечениях: жизненно важные знания**

Освоение основных навыков первой помощи при кровотечениях обеспечивает безопасность подростков в повседневной жизни и способствует быстрому реагированию в неотложных ситуациях.

