

Заболевания глаз и удаление инородных тел из глаза, уха и носа

Разберём признаки болезни, травмы и безопасную первую помощь.



Почему это важно каждому школьнику

Глаза, уши и нос каждый день сталкиваются с пылью, микробами и мелкими предметами. Если действовать неправильно, можно усилить боль, вызвать воспаление и даже навредить зрению или слуху.

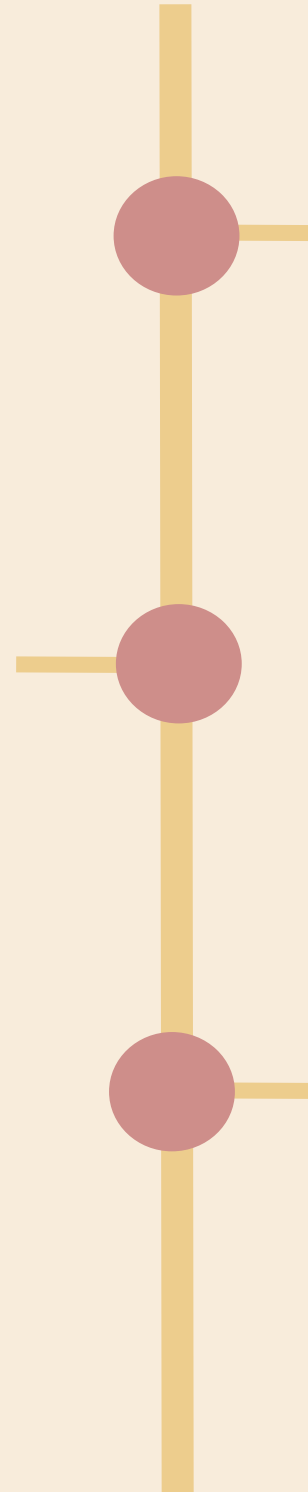


Безопасные действия при попадании инородного тела

Пошаговая схема первой помощи при попадании предмета в глаз, ухо или нос.

Как устроен глаз и почему он легко повреждается

Слёзы помогают смывать пыль, а веки защищают глаз при моргании. Если частица цепляет поверхность, появляется покраснение, жжение и ощущение песка под веком.



Роговица — прозрачная передняя часть глаза — очень чувствительна к боли. Поэтому даже маленькая соринка вызывает сильный дискомфорт, слезотечение и желание тереть глаз.

При глубокой травме повреждение может затронуть роговицу сильнее. Тогда возрастает риск воспаления, светобоязни и ухудшения зрения, поэтому медлить нельзя.

Частые заболевания глаз у школьников



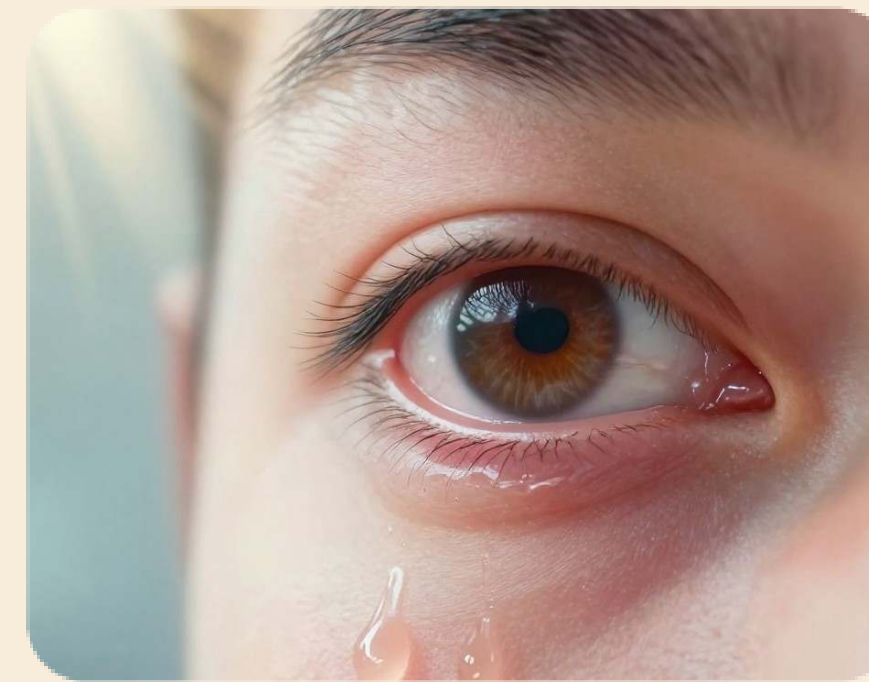
Когда глаз краснеет и чешется

У ребёнка могут появиться покраснение, зуд и выделения, а утром ресницы иногда склеиваются. Так часто выглядит конъюнктивит, и на рисунке удобно показать именно эти заметные признаки.



Болезненная припухлость на веке

Ячмень обычно начинается с боли и небольшого уплотнения на краю века. Затем участок краснеет и отекает, из-за чего глаз кажется припухшим и может быть неприятно моргать.



Аллергия, похожая на раздражение

Весной или при пыльце глаза нередко слезятся, чешутся и становятся чувствительными к свету. Такое состояние легко спутать с болезнью, поэтому важно заметить, что часто есть ещё чихание и насморк.

Как отличить инфекцию глаза от травмы

Сравним самые частые состояния по признакам, ощущениям и тревожным сигналам.

Покраснение и зуд чаще связаны с воспалением, а резкая боль, кровь и ухудшение зрения требуют срочной помощи.

Состояние	Признаки	Что делать
Конъюнктивит	краснота, выделения	показать взрослому
Ячмень	боль, припухлость	не давить
Травма роговицы	резкая боль, светобоязнь	срочно к врачу

Что считается инородным телом в глазу, ухе и носу



Глаз

В глаз попадают пыль, песок, ресница, стружка, металлическая крошка и мелкие стеклянные частицы. Даже небольшая соринка может вызвать сильное слезотечение и ощущение царапания.



Ухо

В ухо могут попасть бусины, семена, кусочки ваты, детали игрушек и насекомые. Опасность возрастает, если предмет глубоко застрял или вызывает боль и шум.



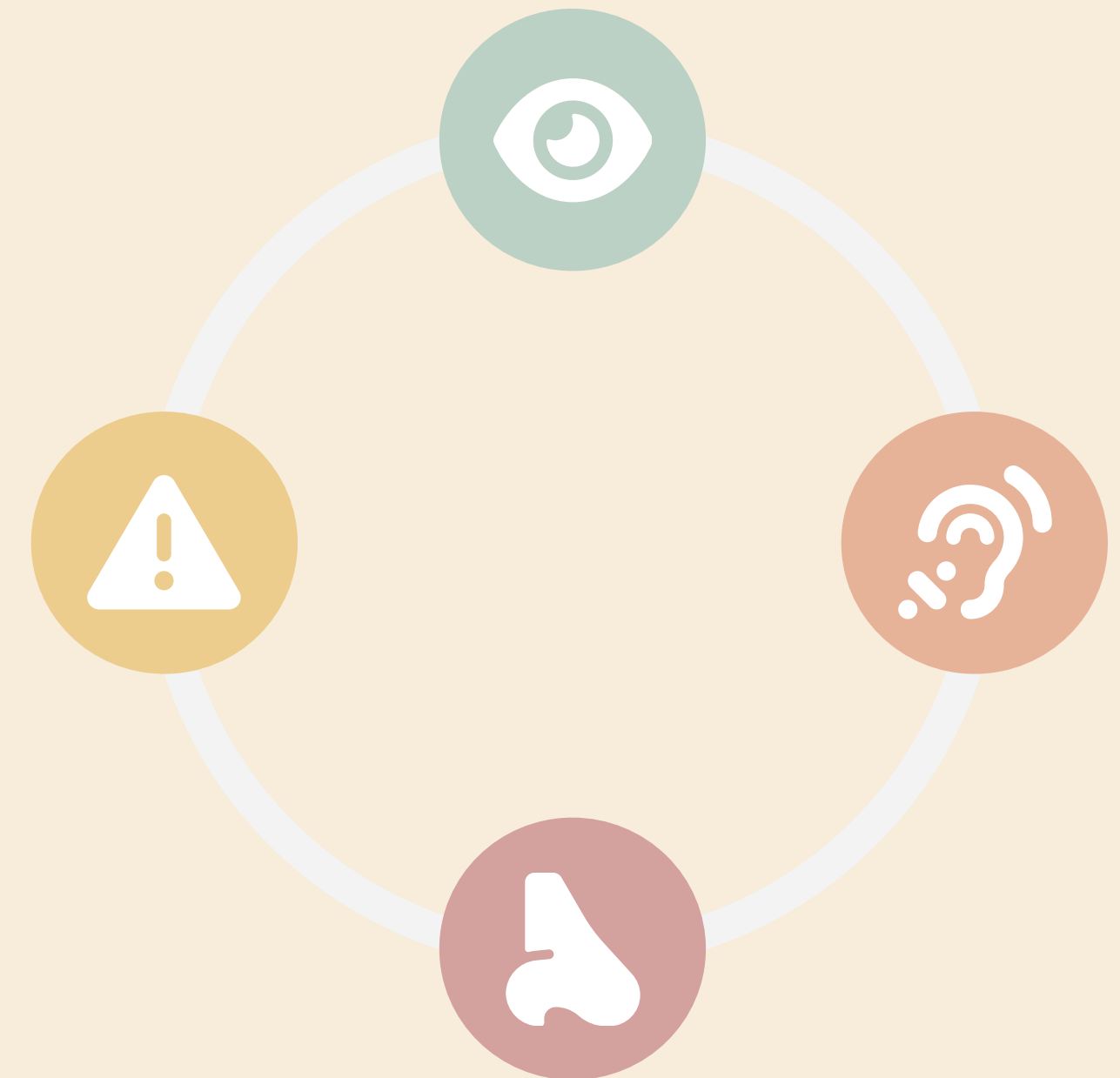
Нос

В нос часто попадают горошины, бусины, бумага, кусочки еды и детали конструктора. Особенно опасно, если предмет мешает дыханию или находится только в одной ноздре.



Что влияет на риск

Чем предмет острее, больше или глубже он расположен, тем выше вероятность боли, отёка и повреждения тканей. Самостоятельные попытки удаления в таком случае особенно опасны.



Первая помощь при соринке в глазу

Последовательность безопасных действий при попадании мелкой соринки или пыли в глаз.

Чего нельзя делать при инородном теле в глазу

Нельзя тереть глаз руками: это усиливает царапину, раздражение и может загнать соринку глубже в поверхность глаза.

01

Нельзя капать неизвестные растворы и нельзя пытаться самостоятельно вытащить глубоко застрявший предмет, особенно после удара.

03

Нельзя использовать пинцет, иголку, зубочистку или ватную палочку: такие предметы легко повреждают роговицу и заносят инфекцию.

02

Самые опасные последствия ошибок — повреждение роговицы, воспаление и снижение зрения, поэтому при сомнениях нужна помощь взрослого.

04

Инородное тело в ухе: безопасные действия

- 01** В ухо могут попасть бусина, семечка, кусочек ваты, насекомое или мелкая деталь. Самостоятельно доставать предмет острыми предметами нельзя: можно повредить слуховой проход или барабанную перепонку.
- 02** Нельзя закапывать масло и нельзя ковырять внутри уха. Такие действия не решают проблему и могут лишь ухудшить состояние, особенно если предмет расположен глубоко.
- 03** Если в ухе насекомое, есть боль, шум, кровь или снизился слух, нужно сразу сообщить взрослому и обратиться к врачу. Чем быстрее начата помощь, тем меньше риск осложнений.

Инородное тело в носу: как действовать безопасно

Прекратите любые попытки достать предмет и не втягивайте воздух слишком сильно: так бусина, горошина или бумага может уйти глубже в носовой ход.

⋮

1. Остановиться

2. Оценить признаки

Проверьте, есть ли боль, кровь, затруднённое дыхание, неприятный запах или выделения только из одной ноздри. Эти признаки требуют внимания взрослого.

⋮

Не используйте палочки, пинцет и другие предметы для выталкивания. Сразу сообщите взрослому, чтобы при необходимости ребёнка осмотрел врач.

⋮

3. Обратиться за помощью

Когда нужна срочная медицинская помощь

Ситуация	Опасность	Что может быть
Предмет после удара	глубокая травма	кровь, боль
Ухудшение зрения	повреждение глаза	снижение зрения
Предмет в ухе	травма слуха	боль, кровь
Химия в глазу	ожог	сильное повреждение

Эта таблица помогает быстро понять, какие ситуации нельзя оставлять без врача и почему промедление опасно.

Боль, кровь, ухудшение зрения, сильный отёк и проблемы с дыханием — признаки, при которых нужен срочный осмотр врача.

Основные воспалительные болезни глаз

Конъюнктивит поражает слизистую оболочку глаза. Обычно заметны покраснение, зуд, слезотечение и выделения, из-за которых глаза слипаются после сна.

Блефарит развивается по краям век. Для него характерны раздражение, покраснение, зуд и корочки у ресниц, особенно утром после сна.

Кератит затрагивает роговицу и опаснее других воспалений. Он может вызывать сильную боль, светобоязнь и ухудшение зрения, поэтому требует обязательного лечения у врача.



Безопасные средства первой помощи

Для промывания глаза подходят только чистая вода или физраствор: они помогают удалить пыль и мелкую соринку, не травмируя поверхность глаза и не заноса грязь.

Для осторожного промокания можно взять чистую салфетку, бинт или марлю. Игла, зубочистка, ватная палочка и грязная ткань для такой помощи не подходят.

Профилактика травм глаз, ушей и носа



Чистые руки

Мытьё рук снижает риск занести микробы в глаза, нос и уши, особенно после улицы, игр на полу и контакта с животными.



Осторожно с мелкими предметами

Бусины, семена, детали игрушек и батарейки нельзя брать в рот, вставлять в нос или ухо и оставлять без присмотра.



Защита глаз

При ремонте, работе с пылью и некоторых спортивных занятиях помогают защитные очки, которые уменьшают риск попадания соринок и травм.



Правила в школе

На технологии, в химии, в спортзале и на переменах важно соблюдать инструкции учителя, не бегать с предметами и не играть с острыми вещами.

Как отличить лёгкое раздражение от опасного состояния

Схема построена по признакам, которые ребёнок и взрослый могут заметить сразу после попадания соринки или травмы.

Почему самолечение опасно

1

Домашние капли не могут удалить стекло, металл или крупный предмет из глаза, уха или носа. Из-за этого человек теряет время, а повреждение продолжает усиливаться.

2

Народные способы часто заносят микробы и делают воспаление сильнее. Особенно опасно это при царапине роговицы, повреждении слухового прохода и раздражении слизистой носа.

3

Если предмет сидит глубоко, попытка достать его без врача может протолкнуть его дальше или вызвать новую травму. Тогда боль и отёк обычно становятся сильнее.

4

Промедление повышает риск рубца на роговице, ухудшения зрения, повреждения барабанной перепонки и длительного воспаления. Поэтому безопаснее сразу обратиться за помощью.

Роль взрослых и школьные правила безопасности

Взрослые должны хранить в недоступном месте бусины, батарейки, иголки, бытовую химию и острые инструменты. Это особенно важно дома, где ребёнок может взять предмет без разрешения.

Дети чаще получают такие травмы во время игры, труда, спорта и неосторожного обращения с мелкими предметами. Внимательность во время обычных дел помогает избежать неприятных ситуаций.

В школе нужно соблюдать правила в мастерской, лаборатории, спортзале и на переменах. Инструкции учителя и аккуратное поведение снижают риск попадания соринки и мелких травм.

Памятка: что делать и чего не делать

Короткая памятка помогает быстро выбрать безопасное действие и избежать ошибок при попадании инородного тела.

Если действие может усилить травму, оно считается ошибкой; безопасная помощь всегда предотвращает углубление предмета и дополнительное повреждение тканей.

Ситуация	Действие	Ошибка
Пыль в глазу	промыть водой	тереть глаз
Предмет в глазу	не трогать	доставать самому
Предмет в ухе	сообщить взрослому	лезть внутрь
Бусина в носу	не втягивать воздух	выталкивать палочкой

Здоровье глаз, ушей и носа: главное запомнить

При заболеваниях и инородных телах важно не тереть, не ковырять и не пытаться достать предмет самостоятельно. Боль, кровь, ухудшение зрения или дыхания — сигнал срочно обращаться за помощью.