



Публикуем важнейшую статью, из тех, которые порой спасают жизни. Описанные ошибки и заблуждения при оказании первой помощи встречаются гораздо чаще, чем мы можем себе представить. Слово автору.

Сразу забегаю вперед. Этот пост несет в себе информацию именно о том, как делать нельзя. Почему я пишу именно такой пост, а не пост об оказании первой помощи? Тому две причины. Первая — я не аккредитована как инструктор. Вторая — считаю, что оказывать первую помощь нужно учиться на специальных курсах с прохождением практики, и точка.

Пост ставит перед собой цель «донести в массы» лишь главное правило оказания первой помощи — не навреди.

Для начала — почему первая доврачебная, а не первая медицинская? Медицинская помощь -это первичная постановка диагноза, назначение лечения и последующее ведение пациента. Первая доврачебная — то, что учат оказывать на курсах. То есть то, что помогает «додержать» еще пострадавшего до приезда медиков, после чего он плавно превращается в пациента.

Итак — какие ошибки распространены наиболее широко?

1. «Упавшего человека нужно поднять»

К сожалению, эту ошибку совершают многие и в куче разных ситуаций. Где бы ни упал человек — на лестнице или у себя в коридоре, в обморок или от того, что споткнулся,

толпа людей родственников тут же бежит его поднимать. Делать этого не нужно. Рассмотрим, почему.

Вы никогда не задумывались, почему упавший человек первые несколько секунд крайне замедлен, словно даже заторможен? В первые секунды после падения организм проводит самую примитивную «диагностику» собственного состояния, а именно: не болит ли где-то что-то слишком сильно? Резко подняв человека, вы можете усугубить возможную травму. Лучше присядьте рядом, быстренько оглядите пострадавшего (на предмет того, не натекают ли где кровавые лужицы) и через несколько секунд (когда мозг «отключится от диагностики» и «включится в реальность») задайте самый примитивный вопрос: где больно? И насколько сильно?

Если для обычного падения резкий подъем чреват усугублением травмы, то для обморока резкое принятие вертикального положения чреват обмороком повторным.

Вот шел себе человек. Что-то в нем-там сбойнуло, он потерял сознание, упал, и почти тут же пришел в себя. Его почти тут же поднимают и... кровь резко отливает от головы из-за резкой же перемены положения тела — и наш пострадавший снова теряет сознание.

Если человек упал в обморок — во-первых, оставьте его лежать, где упал. А после приведения в чувство дайте ему отсидеться — пусть даже на той же лестнице, где он упал. В случае обморока человеку лучше дать самому оценить, держат его сейчас ноги или нет.

2. «В случае ДТП пострадавшего нужно вытащить из машины»

Показание к вытаскиванию пострадавшего из машины «прямым» только одно. Если вы уверены, что автомобиль сейчас загорится/взорвется, то есть — если есть угроза жизни пострадавшему. Во всех остальных случаях пострадавшего в машине не трогаем. Можно встать с ним рядом и просто поговорить, этим вы человеку поможете больше.

Вообще во всех ситуациях, когда нет прямого риска для жизни, пострадавшего с места не трогаем.

3. «Во время судорожного припадка нужно засунуть что-то между зубов пострадавшего»

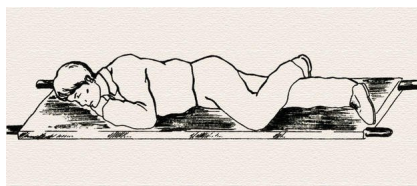
Во-первых, судорожные припадки бывают не только из-за эпилепсии. Но это сейчас несущественно.

Во-вторых, запихивая что-то человеку в зубы во время припадка вы рискуете сломать предмет, который суете, зубы человеку и обзавестись одним-двумя прокушенными пальцами. Бывали эпичные случаи, когда людей тихо и ненавязчиво превращали в пародию Джокера, пихая в зубы нож.

Все, что вы можете сделать, если видите человека в припадке — это сесть у него около головы, подложить под нее что-то мягкое, аккуратно взять голову пострадавшего руками в районе висков и также аккуратно повернуть голову немного на бок.

Зачем мы это делаем?

Риск заглатывания языка во время приступа довольно мал, а вот захлебнуться слюной или рвотными массами человек может относительно легко. Кстати, после припадка пострадавшие обычно туго соображают и могут почти сразу засыпать — бояться этого не нужно. Вызываем скорую, а пострадавшего переводим в так называемое «устойчивое боковое положение». Выглядит оно вот так.



Почему именно в него? Согнутые нога и рука не дают человеку полностью перевернуться на живот, дышать он сможет свободно. Рука, подложенная под голову, обеспечивает некоторое расстояние между головой пострадавшего и полом, так что если его начнет рвать — да, читаем выше, рвотными массами он не захлебнется. И в это положение любой человек может переложить любого. Ради интереса на курсах проводили эксперимент. Инструктора с его 110 мышечной массы я со своими жалкими 60 кг перевернула со спины в устойчивое боковое вообще без проблем.

Еще о судорожных припадках. Звучит примерно так: «Ой, да у меня не в первый раз, все в порядке, я уже пойду». Припадок — штука нестабильная, следующий может случиться и через сутки, и через минуту. Это единственный случай, когда вы настаиваете на том, чтобы пострадавший дождался скорой.

4. «Если у человека „что-то с сердцем“, то нужно дать ему нитроглицерин»

Тоже распространенное заблуждение. Во-первых, спектр сердечно-сосудистых заболеваний, попадающих под категорию «что-то с сердцем» — воз и маленькая тележка. Во-вторых, во всем этом немаленьком перечне не так уж много состояний, в которых нитроглицерин поможет. А вот навредить — запросто. Плюс даже если конкретно сейчас нужен нитроглицерин — нужно еще понимать дозировку.

В принципе, вообще никогда «сердечникам» не даются лекарства из вашей сумки под эгидой того, что «бабушка пила и ей помогало». Все, у кого те или иные проблемы в указанной области, обычно возят лекарства с собой. Максимум, что можно сделать — помочь человеку достать его таблетки, найти что-то, чем можно их запить, и вызвать скорую.

5. «Вывих можно вправить самостоятельно»

Вправить — да. С рыданиями, но можно. А вот определить, вывих это или перелом — нельзя без рентгена никак. Посему со всем, что кажется подозрительнее ушиба, едем в травматологию.

6. «Раны нужно промывать внутри и вынимать весь лишний мусор»

Отчасти верно — но только для относительно неглубоких повреждений порезов садин. Для глубоких же и обширных правила довольно жесткие.

Во-первых, запоминаем как молитву: из раны ничего не вынимаем, в рану ничего не закладываем. Даже если из раны торчит огромный отвратительный кусок рамы со

стеклом. Даже если гвоздь из глаза, нож из почки или заточка из печени. Зеленеет, поблевываем в сторонку, материмся, но везем в травму как есть.

Во-вторых: «промывают» крупные раны пресловутой перекисью или хлоргексидином только по краям. Внутри ничего не льем. А делаем что? Правильно, смотрим предыдущий пункт и везем зашивать как есть, предварительно, правда, наложив и прибинтовав сверху стерильную марлю.

7. «Ожог можно смазать маслом»

Это вроде все уже знают, но все-таки повторю. Масло образует над пораженной поверхностью недышащую плотную пленку, создает «парниковый эффект» и только усугубляет травму. А, и писать на него тоже не надо. Вместо этого — на минуту суем обожженную часть себя под слабо-теплую воду. Именно теплую — как ни парадоксально, сильный холод ситуацию тоже только усугубляет.

8. «Если человек подавился, нужно похлопать его по спине»

Хлопанье по спине дает исключительно отрицательный эффект. Вообще, если человек кашляет — как бы он в этом кашле не заходился — просто не трогайте его. Кашель обозначает, что дыхательные пути перекрыты не полностью и лучше всего будет, если причину «дискомфорта» человек выкашляет сам. Переживать нужно, если не кашляет и не вдыхает.

Если же вы все-таки считаете, что человеку нужно помочь, вспомните про силу тяжести, а также о том, что когда человек кашляет, то почему-то всегда сгибается, а в некоторых особо тяжелых случаях даже опускается на колени. Зачем? Чтобы то, что застряло в горле, выпало, так сказать, естественным путем, потому, что Земля — она такая, она все притягивает.

Иными словами, все, что вы можете сделать — это помочь ему согнуться, и по спине не хлопать, а скорее поглаживать — по направлению от грудных позвонков к шее. В любом случае — в согнутом положении хуже ему не станет.

(предчувствую комментарии про прием Геймлиха — да, я знаю про его существование. Но это уже из категории того, чему нужно учиться отдельно)

Это самые яркие ошибки из вспомнившихся мне. Надеюсь, кому-то эти знания окажутся полезны. Берегите себя!

Тэги: [не](#), [как](#), [именно](#), [которые](#), [об](#), [почему](#), [помощи](#), [себе](#), [помощь](#), [том](#), [тому](#), [первой](#)

,
[пост](#)

,
[оказании](#)