

ОСОБОЕ ВНИМАНИЕ К ВАШЕМУ ЗДОРОВЬЮ



РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОКАЗАНИЮ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ



ЧТО ТАКОЕ «ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ»?

В настоящее время первая помощь определяется как комплекс мероприятий, направленных на поддержание жизни и здоровья, проводимых до оказания медицинской помощи пострадавшим при несчастных случаях, травмах, отравлениях и других состояниях и заболеваниях, угрожающих их жизни и здоровью, участниками оказания первой помощи. Цель ее состоит в устранении явлений, угрожающих жизни, а также в предупреждении дальнейших повреждений и возможных осложнений.

ПРИ КАКИХ СОСТОЯНИЯХ ОКАЗЫВАЕТСЯ ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ?

В соответствии с приказом Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 4 мая 2012 г. № 477н «Об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий по оказанию первой помощи» первая помощь оказывается при следующих состояниях:

- отсутствие сознания
- остановка дыхания и кровообращения
- наружные кровотечения
- инородные тела верхних дыхательных путей
- травмы различных областей тела
- ожоги, эффекты воздействия высоких температур, теплового излучения
- отморожения и другие эффекты воздействия низких температур
- отравления.

ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА ВЫЗОВА СКОРОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ

С 2013 года единым телефонным номером для вызова экстренных служб стал номер 112. По нему можно вызвать спасателей, полицейских и скорую медицинскую помощь (вызов также может осуществляться по телефонным номерам 01, 101; 02, 102; 03, 103 и другим региональным номерам).



При инфаркте миокарда, приступе эпилепсии, отеке Квинке (генерализованная аллергическая реакция), астматическом приступе, признаках инсульта, диабетической комы, внутреннего кровотечения рекомендуется незамедлительно вызвать скорую помощь.

При вызове скорой медицинской помощи необходимо обязательно сообщить диспетчеру следующую информацию:

- место происшествия, что произошло
- число пострадавших и тяжесть их состояния
- какая помощь оказывается.

Телефонную трубку положить последним, после сообщения диспетчера о том, что вызов принят.

НАРУЖНЫЕ КРОВОТЕЧЕНИЯ И ТРАВМЫ: ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ

Под кровотечением понимают ситуацию, когда кровь (в норме находящаяся внутри сосудов человеческого тела) по разным причинам (чаще всего в результате травмы) покидает сосудистое русло, что приводит к острой кровопотере – безвозвратной утрате части крови. В результате этого снижаются функции системы кровообращения по переносу кислорода и питательных веществ к органам, что сопровождается ухудшением или прекращением их деятельности.



Основные признаки острой кровопотери:

- резкая общая слабость
- чувство жажды
- головокружение
- мелькание «мушек» перед глазами
- обморок, чаще при попытке встать
- бледная, влажная и холодная кожа
- учащённое сердцебиение
- частое дыхание.

Указанные признаки могут наблюдаться и при отсутствии видимого или продолжающегося кровотечения. В зависимости от величины кровопотери и вида сосуда могут возникнуть различные нарушения в организме человека, вплоть до гибели пострадавшего. Это может произойти при повреждении крупных сосудов при неоказании первой помощи, т.е. при неостановленном сильном кровотечении. Компенсаторные возможности человеческого организма, как правило, достаточны для поддержания жизни при кровотечении слабой и средней интенсивности. В случае же повреждения крупных сосудов гибель пострадавшего без оказания первой помощи может наступить в течение нескольких минут.

НОСОВОЕ КРОВОТЕЧЕНИЕ: ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ

Если пострадавший находится в сознании, необходимо усадить его со слегка наклоненной вперед головой и зажать ему нос в районе крыльев носа на 15-20 минут. При этом можно положить холод на переносицу. Если спустя указанное время кровотечение не остановилось, следует вызвать скорую медицинскую помощь, до приезда которой надо продолжать выполнять те же мероприятия.

Если пострадавший с носовым кровотечением находится без сознания, следует положить его на бок, контролируя проходимость дыхательных путей, вызвать скорую медицинскую помощь.

Очень часто носовым кровотечением сопровождаются травмы носа. Самостоятельное вправление переломов носа недопустимо.

При носовом кровотечении также может помочь французский лекарственный гомеопатический препарат **Арника монтана С9 (Буарон)**, эффективность которого подтверждена международным клиническим опытом^{1,2}, т.к. Арника монтана:

- обладает сосудопротективным действием, в т.ч. на уровне капилляров
- умеренно повышает факторы коагуляции и активации тромбоцитов
- оказывает противовоспалительное действие.³

При носовых кровотечениях рекомендован препарат **Арника монтана С9 (Буарон)**⁴: 1 день - по 5 гранул до 8 раз в день, в период кровотечения можно использовать интенсивную схему: по 5 гранул каждые 15 минут в первый час, затем еще 4 раза по 5 гранул в течение дня (не более 8 раз в сутки). 2-14 дни - по 5 гранул 3-4 раза в день.



1. Берике В. Materia Medica гомеопатических препаратов. М.: Гомеопатическая медицина, 2016. 720 с.

2. Моррисон Р. Настольный справочник ключевых и подтверждающих симптомов. М.: Гомеопатическая медицина. 2016. 536 с.

3. Яннитти Т., Моралес-Медина Дж. К., Беллавите П., Роттины В., Пальмиери Б. Эффективность и безопасность применения Арники монтана в послеоперационном периоде, при боли и воспалении. 2016;23:e184-e197.

4. Жуанни Ж., Крапанн Ж.-Б., Дансе А., Массон Ж.-Л. Терапевтическая гомеопатия. 4-е изд. Т.1. Париж: CEDH. 2005. стр. 180.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ
НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

ТРАВМАТИЧЕСКИЙ ШОК: ПРИЗНАКИ И МЕРОПРИЯТИЯ, ПРЕДУПРЕЖДАЮЩИЕ ЕГО РАЗВИТИЕ

Травматический шок – это серьезное состояние, причинами развития которого являются тяжелые травмы и сильные кровотечения.

Признаками травматического шока являются:

- наличие тяжелой травмы и сильного кровотечения
- нарушения дыхания и кровообращения (учащенное дыхание и сердцебиение)
- бледная холодная влажная кожа
- возбуждение, сменяющееся апатией.

В большинстве случаев лечение шока должны проводить медработники. Однако выполненные на этапе первой помощи простейшие действия позволяют предупредить развитие шока или снизить его тяжесть. К этим мероприятиям относятся:

- остановка кровотечения
- придание пострадавшему оптимального положения тела
- иммобилизация травмированных конечностей
- защита от переохлаждения (укутывание подручными средствами).

ТРАВМЫ ГЛАЗА: ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ

При повреждениях глаз следует наложить повязку с использованием стерильного перевязочного материала из аптечки первой помощи. Повязка накладывается на оба глаза, так как открытый здоровый глаз будет невольно следить за окружающим и приводить к движению пострадавшего глаза, что нежелательно.

При гипералгической травме глазного яблока или надкостницы рекомендован лекарственный препарат **Симфитум официнале С5 (Буарон)** по 5 гранул каждый час в первый день. Следующие дни – 4-6 раз в день по мере необходимости.¹

При травмах колющими предметами рекомендован препарат **Ледум палюстре С5 (Буарон)** по 5 гранул каждый час в первый день. Следующие дни – 4-6 раз в день по мере необходимости.¹

1. www.vidal.ru



ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

ТРАВМЫ КОНЕЧНОСТЕЙ: ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ

Травмы конечностей часто сопровождаются повреждением кровеносных сосудов, поэтому важно своевременно остановить наружное кровотечение. Для этого применяются все способы: прямое давление на рану, наложение давящей повязки, пальцевое прижатие артерии, максимальное сгибание конечности в суставе, наложение кровоостанавливающего жгута.

Выбор способа определяется следующими факторами:

- вид кровотечения (для остановки венозного кровотечения не следует использовать наложение жгута или пальцевое прижатие артерии);
- место ранения;
- предполагаемый срок прибытия медработников (если их прибытие ожидается в ближайшее время, можно использовать более простые способы остановки кровотечения, например прямое давление на рану);
- наличие оснащения (для остановки артериального кровотечения возможно применение подручных средств – галстуков, ремней);
- состояние кровотечения (остановилось или не остановилось).



При травме с венозным кровотечением рекомендован лекарственный препарат **Гаммамелис С5 (Буарон)** совместно с **Арника монтана С9 (Буарон)** по 5 гранул каждого 4 раза в день.¹

При колотой ране с повреждением нерва и отеком поможет прием следующих препаратов: **1 день – Апис меллифика С30 (Буарон)** по 5 гранул каждый час. **2 день и далее – Арника монтана С9 (Буарон)** по 5 гранул 2-3 раза в день + **Гиперикум перфоратум С30 (Буарон)** по 5 гранул 4 раза в день, затем 10 гранул 1 раз в неделю (например, в воскресенье), чередовать с **Гепар сульфур С30 (Буарон)** 10 гранул 1 раз в неделю (по средам).¹

1. www.vidal.ru

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВПОКАЗАНИЯ, ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

ПЕРЕЛОМЫ: ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ

При наличии подозрения на травму костей человеку, оказывающему первую помощь, следует определиться с тактикой действий в отношении пострадавшего.

В большинстве случаев следует вызвать и дождаться приезда бригады скорой медицинской помощи, которая сможет выполнить качественное обезболивание и иммобилизацию травмированной конечности. До приезда бригады скорой медицинской помощи следует придерживать травмированную конечность руками и контролировать состояние пострадавшего.



Если же в результате особых обстоятельств предполагается транспортировка пострадавшего (или его переноска на дальнейшее расстояние), следует выполнить иммобилизацию поврежденной конечности. При этом следует фиксировать минимум два сустава (один – ниже, другой – выше перелома). При переломе плеча и бедра надо фиксировать три сустава – плечевой, локтевой, лучезапястный или тазобедренный, коленный, голеностопный соответственно.

Наиболее доступным, безопасным и эффективным для большинства участников оказания первой помощи способом иммобилизации при травме конечностей является так называемая аутоиммобилизация. Для этого поврежденную ногу можно прибинтовать к здоровой ноге, проложив между ними мягкий материал. Поврежденную руку можно зафиксировать, прибинтовав к туловищу. На область предполагаемой травмы можно положить холод.

При переломе конечностей рекомендован лекарственный препарат **Арника монтана С9 (Буарон)** совместно с **Симфитум официнале С5 (Буарон)** по 5 гранул каждого препарата 3 раза в день. Дополнительно – **Гиперikum перфоратум С30 (Буарон)** по 5 гранул 1 раз в день в первый день лечения, затем 10 гранул 1 раз в неделю.¹

1. www.vidal.ru

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

ОЖОГИ: ВИДЫ, ПРИЗНАКИ, ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ

Ожоги могут возникать под прямым воздействием на кожу пламени, пара, кислот, щелочей и других агрессивных веществ (химические ожоги), электричества (электроожоги), излучения (радиационные ожоги, например солнечные), от прикосновения к горячему предмету (термические ожоги). Оказание помощи при различных видах ожогов практически одинаково.

Существуют различные классификации степеней ожогов, однако для оказания первой помощи проще разделить ожоги на поверхностные и глубокие. Признаками поверхностного ожога являются покраснение и отек кожи в месте воздействия поражающего агента, а также появление пузырей, заполненных прозрачной жидкостью. Глубокие ожоги проявляются появлением пузырей с кровянистым содержимым, которые могут быть частично повреждены, кожа может обугливаться и становиться нечувствительной к боли. Часто при ожогах сочетаются глубокие и поверхностные поражения.



Первая помощь при ожогах заключается в прекращении действия повреждающего агента (тушение огня, удаление химических веществ, прекращение действия электрического тока на организм), охлаждении обожженной части тела под струей холодной воды в течение 20 минут (при отсутствии воды можно приложить холод поверх повязки или ткани). При термическом ожоге немедленное охлаждение ослабляет боль, уменьшает отечность, площадь и глубину ожогов.

При химическом ожоге необходимо смыть вещество с поверхности кожи и промыть проточной водой в течение 20 минут. При этом химическое вещество полностью удаляется с кожи и нет необходимости в его нейтрализации.

Ожоговую поверхность следует закрыть нетугой повязкой, дать пострадавшему теплое питье. Обязательно следует вызвать скорую медицинскую помощь.

При ожоге помогут **Белладонна С9 (Буарон) + Арника монтана С9 (Буарон)** по 5 гранул каждого 3-4 раза в день + **Цикадерма** детям от 1 года и взрослым 1-2 раза в день на места ожогов.¹

1. www.vidal.ru

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ
НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

ПЕРЕГРЕВАНИЕ: ОСНОВНЫЕ ПРОЯВЛЕНИЯ, ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ

Перегревание (тепловой удар) развивается обычно при нарушениях теплоотдачи организма вследствие длительного нахождения человека в условиях повышенной температуры окружающего воздуха (особенно в сочетании с высокой влажностью), например в автомобиле или жарком помещении; при работе в защитном снаряжении, затрудняющем теплоотдачу, и т.п.

Признаками перегревания являются:

- повышенная температура тела
- головная боль
- тошнота и рвота
- головокружение
- слабость
- потеря сознания
- судороги
- учащённое сердцебиение
- учащённое поверхностное дыхание.

В тяжелых случаях возможна остановка дыхания и кровообращения.



При возникновении признаков перегревания пострадавшего необходимо переместить в прохладное место, при наличии сознания дать выпить охлаждённой воды, расстегнуть или снять одежду. Пострадавшему без сознания следует придать устойчивое боковое положение.

Для улучшения состояния рекомендован лекарственный препарат **Белладонна С9 (Буарон)** по 5 гранул 3-4 раза в день до улучшения состояния.¹

1. www.vidal.ru

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

ОТРАВЛЕНИЯ: ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ

Токсическое вещество может попасть в организм человека четырьмя путями.

1. Через пищеварительный тракт, чаще всего – при попадании токсических веществ в организм через рот. Это могут быть топливо, лекарственные препараты, моющие средства, пестициды, грибы, растения и т.д.
2. Через дыхательные пути – при вдохе. Это могут быть газы и пары, например угарный газ, хлор, при использовании различных видов клея, красителей, растворителей, очистителей в определенных условиях.
3. Через кожу и слизистые оболочки – например, токсические вещества, содержащиеся в некоторых растениях, растворителях и средствах от насекомых.
4. В результате инъекции – при укусе или ужаливании насекомыми, животными и змеями, а также при введении яда или наркотиков шприцем.

Основные проявления отравлений

- Особенности места происшествия – необычный запах, открытые или опрокинутые емкости с химическими веществами, открытая аптечка с рассыпанными таблетками, поврежденное растение, шприцы и т.д.
- Общее болезненное состояние или вид пострадавшего; признаки и симптомы внезапного приступа заболевания.
- Внезапно развившиеся тошнота, рвота, понос, боли в груди или животе.
- Затруднение дыхания, потливость, слюнотечение.
- Потеря сознания, мышечные подергивания и судороги, ожоги вокруг губ, на языке или на коже, неестественный цвет кожи, раздражение, ранки на ней.
- Странная манера поведения человека, необычный запах изо рта.



При укусах пчел рекомендован препарат **Апис меллифика С30 (Буарон)** по 5 гранул каждые 15-30 мин до уменьшения отека 1 день, затем 10 гранул 1 раз в неделю в качестве профилактики, дополнительно мазь **Цикадерма** детям от 1 года и взрослым 1-2 раза в день на места укусов.¹

При укусах комаров показан **Ледум палюстре С5 (Буарон)** по 5 гранул 3 раза в день, дополнительно мазь **Цикадерма** детям от 1 года и взрослым 1-2 раза в день на места укусов.¹

1. www.vidal.ru

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

Первая помощь при отравлении через пищеварительный тракт – попытаться удалить ядовитое вещество. Для этого можно рекомендовать пострадавшему вызвать рвоту, выпив большое количество воды (5-6 стаканов) и надавив двумя пальцами на корень языка. Следует вызвать рвоту как можно в более короткий срок после приема вещества, способного вызвать отравление.

Рвоту нельзя вызывать, если пострадавший находится без сознания. После рвоты необходимо посоветовать пострадавшему выпить еще 5-6 стаканов воды, чтобы уменьшить концентрацию ядовитого вещества в желудке и при необходимости вызвать рвоту повторно. До прибытия скорой медицинской помощи необходимо контролировать состояние пострадавшего.

Переедание быстрых углеводов (торты, пирожные) рекомендованы: **Арсеникум альбум С9 (Буарон)** по 5 гранул 4 раза в день, при улучшении – 3 раза в день + **Пульсатилла С30 (Буарон)** по 5 гранул 1 раз в день, 3 дня подряд.¹

Переедание фруктов, ягод рекомендованы: **Магнезиа фосфорика С9 (Буарон)** по 5 гранул каждый час в течение первых 5-6 часов, далее по 5 гранул 3 раза в день до исчезновения симптоматики. При тошноте, рвоте, спазмах + **Купрум металликум С9 (Буарон)** по 5 гранул каждый час в течение первых 5-6 часов, далее по 5 гранул 3 раза в сутки до исчезновения симптоматики.¹



Повышенное потребление молока (если у ребенка или взрослого возникла диарея после выпитого молока) рекомендован препарат **Калькареа карбоника С15 (Буарон)** по 5 гранул каждый час в течение первых 5-6 часов, далее по 5 гранул 3 раза в день до исчезновения симптоматики.¹

Отравление несвежим мясом рекомендован препарат **Арсеникум альбум С9 (Буарон)** по 5 гранул 4 раза в день, при улучшении – 3 раза в день.¹

1. www.vidal.ru.

Источник для подготовки материала: Дежурный Л.И. и др. Первая помощь: учеб. пособие для лиц, обязанных и (или) имеющих право оказывать первую помощь. М.: ФГБУ «ЦНИИОИЗ» Минздрава России, 2018. 68 с.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ, ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ



ЛЕКАРСТВЕННЫЕ ГОМЕОПАТИЧЕСКИЕ МОНОПРЕПАРАТЫ БУАРОН - ИСКУССТВО В КАЖДОЙ ГРАНУЛЕ!

- Практичная прозрачная туба из инертных материалов
- Счетчик гранул
- Оптимальное количество гранул на курс лечения
- Тройная импрегнация гранул - патент Буарон

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВПОКАЗАНИЯ, ПЕРЕД ПРИМЕНЕНИЕМ
НЕОБХОДИМО ПРОКОНСУЛЬТИРОВАТЬСЯ СО СПЕЦИАЛИСТОМ