



ЮРИЙ КОЗЛОВ



**ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ДЕТЯМ РАЗНЫХ ВОЗРАСТОВ:**  
КАК НЕ РАСТЕРЯТЬСЯ В КРИТИЧЕСКОЙ СИТУАЦИИ

# СОДЕРЖАНИЕ:

## ГЛАВНОЕ—БЕЗ ПАНИКИ.....1

Простые правила безопасности.....2
Домашняя аптечка: что обязательно нужно иметь под рукой.....3

## ВОЗРАСТ ДО ТРЕХ ЛЕТ.....4

Сильный ушиб головы.....4
Судороги.....5
Ушиб сустава.....6
Перелом, повреждение связок.....6
Инородное тело в дыхательных путях...6
Серьезный порез, кровотечение.....7
Ожог.....7
Укус насекомого.....8
Носовое кровотечение.....9
Внутреннее кровотечение.....9
Отравление.....10
Посторонний предмет в пищеводе.....10
Посторонний предмет в носу.....11
Посторонний предмет в ухе.....11
Потеря сознания, отсутствие дыхания, пульса.....12
Устойчивая температура выше 39°.....12
Удар электрическим током.....13

Обморожение.....13
Язык прилип к металлу на морозе.....14
Аффективно-респираторный приступ...15

## ВОЗРАСТ ОТ ТРЕХ ДО СЕМИ.....16

Укус медузы или других морских обитателей.....16
Укус змеи.....17
Укус насекомого.....18
Ложный круп.....18
Фебрильные судороги.....19
Инородное тело в дыхательных путях...20
Перегревание (тепловой удар).....21
Обморожение.....22
Язык прилип к металлу на морозе.....22
Травма при падении с высоты.....23
Длительное погружение в воду с головой (ребенок утонул).....24
Тупая травма живота.....24
Ожог.....25

## ВОЗРАСТ ОТ 7 ЛЕТ.....26

Поражение органов зрения.....26
Нападение собаки.....27

Травма позвоночника.....28
Ожог.....29
Ожог верхних дыхательных путей.....29
Укус змеи.....30
Укус насекомого.....31
Укус медузы или других морских обитателей.....32
Тупая травма живота.....32
Рыбная кость в горле.....33
Перегревание (тепловой удар).....34
Обморожение.....35

## ВОЗРАСТ СТАРШЕ 14 ЛЕТ.....36

Инородное тело в дыхательных путях...36
Утопление.....38
Сильное кровотечение при ранении конечности (плеча или бедра).....39
Укус змеи.....40
Укус насекомого.....41
Ожог.....42
Ожог верхних дыхательных путей.....42
Алкогольная интоксикация.....43
Употребление наркотических веществ...44
Нападение собаки.....45



**ЮРИЙ КОЗЛОВ**

**ГЛАВНОЕ –  
БЕЗ ПАНИКИ**

**Д**ети, особенно младшего возраста, любознательны и активны. Нередко они попадают в опасные ситуации. И, к сожалению, предугадать и предусмотреть все заранее невозможно.

Конечно, существуют простые меры безопасности, и о них я вкратце расскажу. Тем не менее, родителям нелишне владеть элементарными навыками оказания помощи, которые можно применить до приезда врачей – без вреда для здоровья ребенка.

Моя профессия, мое призвание в том, чтобы спасти детей. Искренне хочу, чтобы их обходили стороной все опасности и беды, но жизнь показывает – это не всегда возможно. Поэтому главное, чтобы спасение приходило вовремя. Освоив первичные навыки оказания неотложной помощи детям, вы сможете не растеряться в критическую минуту и сделать все необходимое до приезда врачей.

Самое главное в любой ситуации – не паниковать, немедленно вызвать скорую помощь и правильно выполнить необходимые манипуляции.

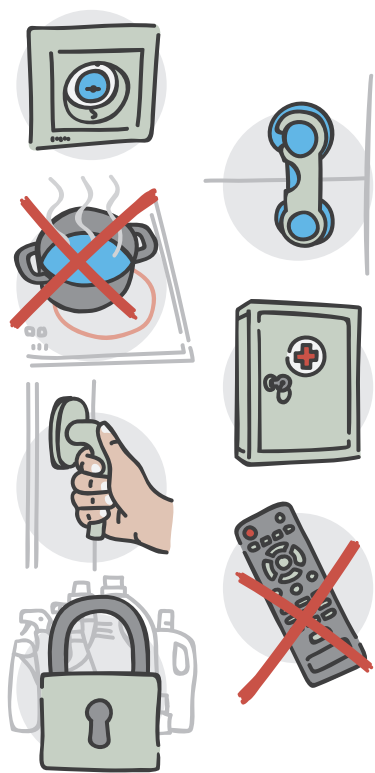
Будьте спокойны, терпеливы и ласковы.

**ТЕЛЕФОН ДЛЯ ВЫЗОВА СКОРОЙ ПОМОЩИ:**

**112** (С МОБИЛЬНОГО)

**103** (СО СТАЦИОНАРНОГО АППАРАТА)

# ЕСЛИ В ДОМЕ МАЛЫШ: ПРОСТЫЕ ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ

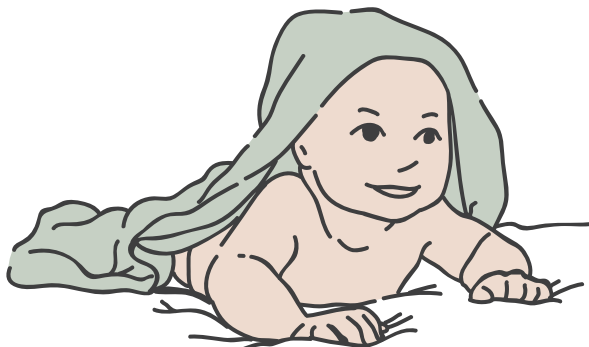


- **ЗАГЛУШКИ НА РОЗЕТКИ** — предохранят от удара электрическим током.
- **ФИКСАТОРЫ НА КУХОННЫЕ ЯЩИКИ** — не позволят вашему ребенку пораниться ножом или вилкой, уронить на себя тяжелую сковороду, разбить банку с крупой или специями, глотнуть уксусной эссенции.
- **ПЛИТА, СВОБОДНАЯ ОТ ПОСУДЫ** — элементарная мера, которая гарантирует, что малыш не опрокинет на себя кастрюлю с кипятком или сковороду с горячим маслом.
- **ЛЕКАРСТВА В ЗАЩИЩЕННОМ МЕСТЕ** — аптечка, убранная в самое верхнее отделение шкафа, не будет привлекать внимание ребенка, это убережет от отравления таблетками и другими медицинскими препаратами.
- **ЗАКРЫТОЕ ОКНО** — не позволит малышу нечаянно выдавить москитную сетку и выпасть на улицу: при проветривании оставлять детей в комнате одних нельзя.
- **УБРАННЫЕ В БЕЗОПАСНОЕ МЕСТО ПУЛЬТЫ ОТ ТЕХНИКИ** — не вызовут желания разобрать их и попробовать на вкус батарейки.
- **БЫТОВАЯ ХИМИЯ В ЗАПЕРТОМ ШКАФЧИКЕ** — гарантия того, что малыш не получит химический ожог от стирального порошка и не глотнет средство для мытья посуды.

# ДОМАШНЯЯ АПТЕЧКА: ЧТО ОБЯЗАТЕЛЬНО НУЖНО ИМЕТЬ ПОД РУКОЙ

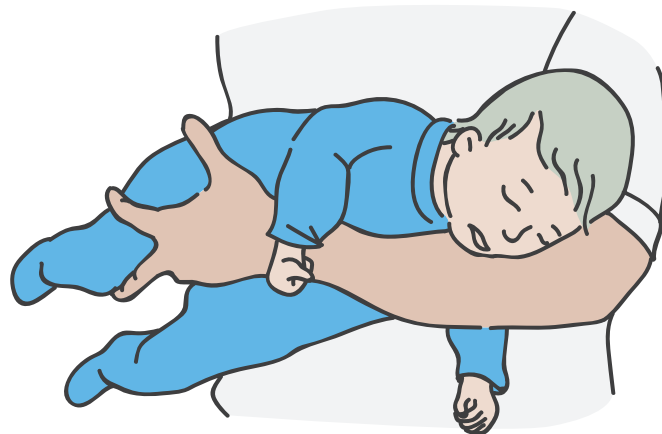


- Термометр
- Бинт и стерильные марлевые салфетки
- Лейкопластырь бактерицидный
- Перекись водорода
- Анальгетики, жаропонижающее (соответственно возрасту)
- Антигистаминное средство
- Противоожоговое средство



## ВОЗРАСТ ДО ТРЕХ ЛЕТ

Уследить за малышом, как только он начал ползать или ходить, совсем непросто. Получить от маленького ребенка внятный ответ на вопрос: что и как болит? — практически невозможно. Поэтому надо ориентироваться на внешние признаки. Есть несколько опасных ситуаций, в которых может не быть даже очевидных симптомов, а скрытая угроза — наиболее опасная.



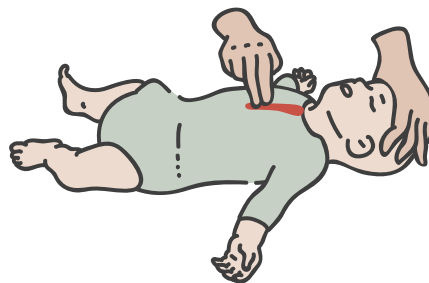
## СИЛЬНЫЙ УШИБ ГОЛОВЫ : : : : : (ВЕРОЯТНОСТЬ СОТРЯСЕНИЯ МОЗГА)

### ❗ СИМПТОМЫ:

потеря или нарушение сознания; тошнота и рвота; сильная головная боль, головокружение; потеря координации на какое-то время.

### ❗ ЧТО ДЕЛАТЬ:

немедленно вызвать врача, уложить малыша (на бочок, а не на спинку, чтобы избежать западания языка) и обеспечить ему состояние покоя. Малышей до года лучше держать животиком на своей руке вдоль предплечья, повернув на бок и прижав спиной к своему телу.



## СУДОРОГИ

### ❓ СИМПТОМЫ:

подергивание век, дрожание подбородка, обильное слюноотечение или пена изо рта, ритмичные подергивания ногами и руками, нарушение дыхательного ритма или исчезновение дыхания, закатывание глаз, потеря сознания.

### ❗ ЧТО ДЕЛАТЬ:

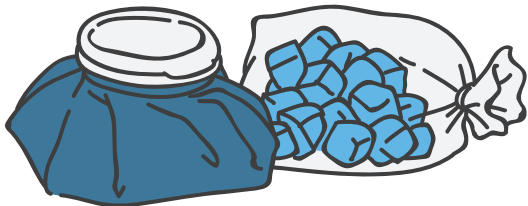
немедленно вызвать скорую, в случае потери сознания до ее приезда провести сердечно-легочную реанимацию: положить ребенка на спину, запрокинуть ему голову, поднять подбородок двумя пальцами. Сделать 5 вдохов малышу в рот, затем 15 очень быстрых (1–2 в секунду) надавливаний двумя пальцами на грудную клетку на глубину 4 см. Затем чередовать 2 вдоха с 15 надавливаниями. При появлении само-

стоятельного дыхания — придать ребенку устойчивое боковое положение (взять на руки лицом к себе) и держать до прибытия скорой медицинской помощи, контролируя признаки жизни.

Если малыш в сознании, до приезда врачей нужно придать ему устойчивое боковое положение: держать животиком на своей руке вдоль предплечья, повернув на бок и прижав спинкой к своему телу — чтобы не запал язык и ребенок мог свободно дышать; обеспечить приток свежего воздуха в помещение. При судорогах с высокой температурой — раздеть малыша и обмахивать его полотенцем.

### ❌ ЧЕГО ДЕЛАТЬ НЕЛЬЗЯ:

засовывать малышу в рот предметы, пытаться разжать зубы; ограничивать движения; давать лекарства или питье.



## УШИБ СУСТАВА

### ❗ СИМПТОМЫ:

продолжительная тупая боль, появление синяка.

### ❗ ЧТО ДЕЛАТЬ:

приложите холод на 20 минут (подойдет наполненный льдом пакет); нанесите на ушиб мазь для снятия боли, отечности и воспалительного процесса.

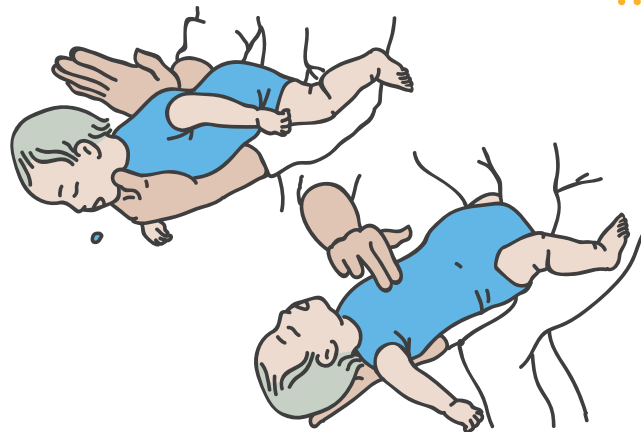
## ПЕРЕЛОМ, ПОВРЕЖДЕНИЕ СВЯЗОК

### ❗ СИМПТОМЫ:

резкая боль, постепенное проявление синюшности, отечности.

### ❗ ЧТО ДЕЛАТЬ:

срочно ехать в травмпункт, любое самостоятельно вмешательство может навредить; при особенно сильной боли можно дать анальгетик в дозировке по возрасту.



## ИНОРОДНОЕ ТЕЛО В ДЫХАТЕЛЬНЫХ ПУТЯХ

### ❗ СИМПТОМЫ:

посинение лица, затруднение дыхания, кашель.

### ❗ ЧТО ДЕЛАТЬ:

положить младенца животиком на свою руку головой вниз, голову придерживать. Нанести 5 резких ударов основанием своей ладони между лопатками. Если инородное тело не удалено, переверните малыша на спину, пять раз сильно нажмите двумя пальцами в нижнюю часть грудной клетки. Если посторонний предмет извлечь не удалось — срочно вызывайте врача.





## СЕРЬЕЗНЫЙ ПОРЕЗ, КРОВОТЕЧЕНИЕ ИЗ РАНЫ

### ❶ ЧТО ДЕЛАТЬ:

обработать рану перекисью водорода, нанести антибактериальную мазь на стерильную салфетку, плотно зафиксировать бинтом. Если кровь не останавливается — отвезти малыша в больницу или травмпункт.

## ОЖОГ

### ❶ ЧТО ДЕЛАТЬ:

• **При небольшом ожоге** опустить пораженное место в прохладную воду на несколько минут. После этого обработать кожу мягким щадящим средством на основе пантенола. Ни в коем случае нельзя смазывать

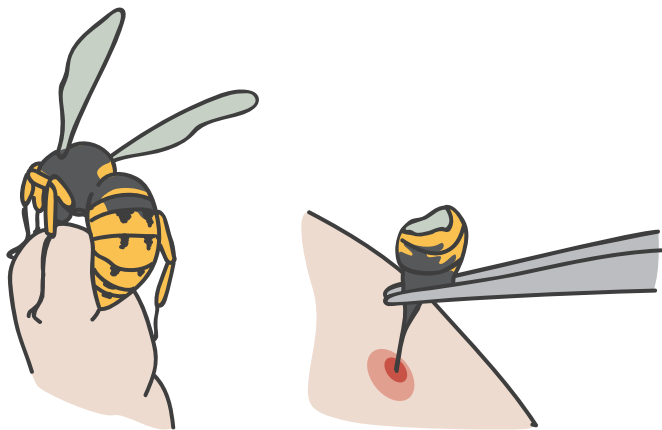


пораженный участок растительным маслом — оно формирует пленку, которая не дает коже нормально остыть и мешает заживанию. При серьезных ожогах немедленно вызывайте скорую помощь. До ее приезда дайте ребенку обезболивающее, чтобы снять болевой шок.

• **При химическом ожоге** — быстро снять с ребенка одежду, обувь, смыть вредное вещество большим количеством проточной прохладной воды (держат пораженное место под водой не менее 15 минут), после чего накрыть чистой тканью и смачивать ее прохладной водой.

### ❷ ЧЕГО ДЕЛАТЬ НЕЛЬЗЯ:

промывать пораженный участок чем-то кроме воды, тереть, обрабатывать антисептиком.

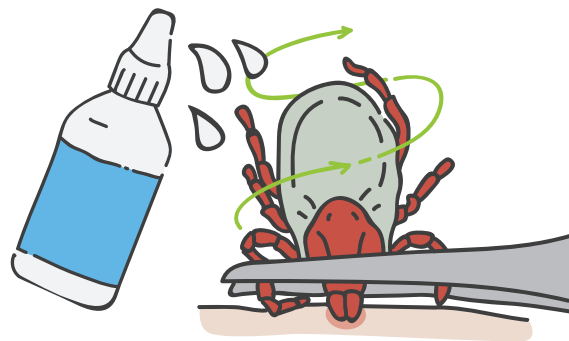


## ПРОБЛЕМА: УКУС НАСЕКОМОГО

(ПЧЕЛЫ, ОСЫ, ШЕРШНЯ, КЛЕЩА)

### ■ ЧТО ДЕЛАТЬ:

- **При укусе пчелы** — аккуратно вынуть жало (другие насекомые его не оставляют). Для этого промойте место укуса, продезинфицируйте руки и пинцет либо иголку. После удаления жала (либо при его отсутствии) протрите ранку перекисью водорода, спиртом или раствором фурацилина. Обязательно дайте антигистаминное средство. Особенно это важно при укусе в слизистую губ или рта — чтобы избежать отека и удушья. После такого укуса важно максимально быстро обратиться к врачу. Для аллергиков укусы насекомых представляют особую опасность.



- **При укусе клеща** самое надежное и безопасное, чтобы его удалил специалист. Делая это самостоятельно, можно оставить частичку в теле, что вызовет серьезные проблемы. Кроме того, в любом случае клеща необходимо отправить на исследование, чтобы подстраховаться от заражения энцефалитом или боррелиозом. При самостоятельном удалении нужно захватить клеща пинцетом максимально близко к коже и аккуратно тянуть, одновременно выкручивая. После удаления обработать место укуса перекисью водорода или хлоргексидином. При появлении малейших признаков воспаления обратиться в травмпункт.

- **При укусе мошки** (особенно в глаз) — промыть водой и приложить холод к месту укуса, дать антигистаминный препарат. При росте отека, продолжительной боли и повышении температуры — срочно обратиться к врачу.



## НОСОВОЕ КРОВОТЕЧЕНИЕ

### ❗ ЧТО ДЕЛАТЬ:

зажать ребенку на несколько секунд крылья носа, после чего разместить в кровоточащей ноздре (неглубоко!) ватный тампончик, смоченный перекисью водорода, а на переносице — что-то холодное. Дайте ребенку полежать на боку минут 10 или чуть дольше, до полной остановки кровотечения.

### ❌ ЧЕГО ДЕЛАТЬ НЕЛЬЗЯ:

укладывать ребенка на спину, зажимать надолго нос — так он может захлебнуться кровью.



## ВНУТРЕННЕЕ КРОВОТЕЧЕНИЕ

### ❗ СИМПТОМЫ:

острая боль по всему животу, тошнота, рвота, жажда, головокружение (возможны обмороки), бледная, влажная и холодная кожа.

### ❗ ЧТО ДЕЛАТЬ:

вызвать скорую медицинскую помощь, до ее приезда положить ребенка на спину, ножки развести в стороны, полусогнуть. К животу приложить холод.

### ❌ ЧЕГО ДЕЛАТЬ НЕЛЬЗЯ:

нагревать и массировать (даже легкими движениями) область живота.



## ОТРАВЛЕНИЕ

(ТАБЛЕТКАМИ ЛИБО ОПАСНЫМ ВЕЩЕСТВОМ, НАПРИМЕР, УКСУСОМ)

### ❗ СИМПТОМЫ:

необычный запах изо рта, бледный цвет лица, тошнота, боли в груди и животе.

### ❗ ЧТО ДЕЛАТЬ:

немедленно позвонить в скорую, до ее приезда вызвать рвоту: напоить ребенка большим количеством воды (1–2 стакана) и надавить двумя пальцами на корень его языка. После этого повторно напоить малыша, чтобы восстановить потерю жидкости и уменьшить концентрацию ядовитых веществ в организме.

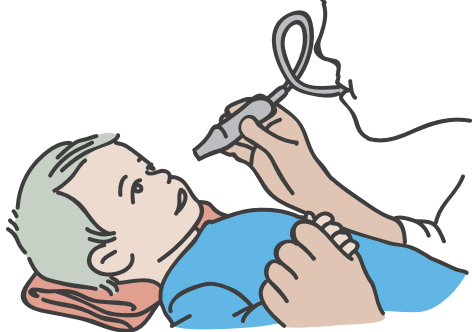
## ПОСТОРОННИЙ ПРЕДМЕТ (БАТАРЕЙКА, ШАРИК, КУСОЧЕК ПЛАСТИКА) В ПИЩЕВОДЕ

### ❗ СИМПТОМЫ:

могут не проявляться вообще. Возможны нарушения стула, пищеварения, затруднения при глотании.

### ❗ ЧТО ДЕЛАТЬ:

проконтролировать наличие на местах привычных предметов (например, пультов от техники), проверить комплектность игр, целостность пластиковых предметов и т. п. При малейшем подозрении, что предмет мог быть проглочен — срочно обратиться к специалисту.



## ПОСТОРОННИЙ ПРЕДМЕТ В НОСУ

### ❓ СИМПТОМЫ:

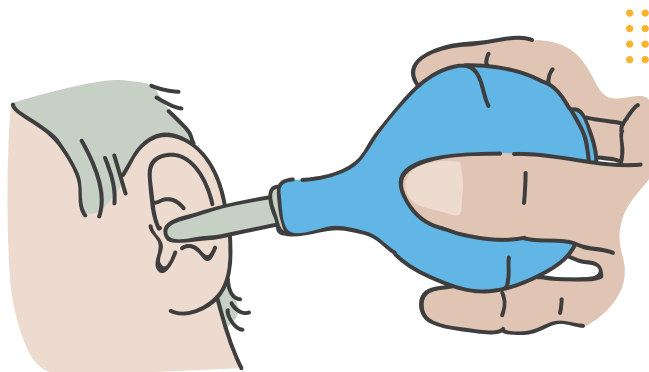
посторонние звуки при дыхании, необычные выделения из ноздри, малыш постоянно трет носик, пытается засунуть туда пальчик.

### 👉 ЧТО ДЕЛАТЬ:

попытаться извлечь инородное тело аспиратором (соплеотсосом): для этого увлажните слизистую носика, введите в ноздрю наконечник аспиратора и вытяните предмет наружу; если предмет находится близко к краю ноздри и виден — осторожно вынуть его пинцетом; при невозможности — срочно везти в травмпункт.

### ⊗ ЧЕГО ДЕЛАТЬ НЕЛЬЗЯ:

трясти малыша и стучать ему по голове, заливать в нос воду, дуть в забитую ноздрю, пытаться достать предмет ватными палочками.



## ПОСТОРОННИЙ ПРЕДМЕТ В УХЕ

### ❓ СИМПТОМЫ:

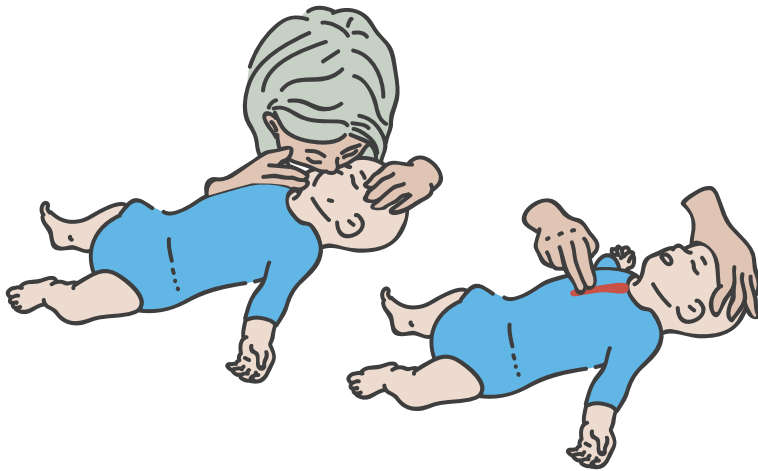
покраснение, выделения из уха, беспричинный плач, малыш трясет головой, засовывает в ухо пальчик, отказывается спать на какой-то одной стороне.

### 👉 ЧТО ДЕЛАТЬ:

если предмет крупный, не острый, его видно снаружи — аккуратно вынуть пинцетом. Если инородное тело мелкое (в том числе насекомое) и находится глубоко в ухе — промыть струей воды с небольшим давлением.

### ⊗ ЧЕГО ДЕЛАТЬ НЕЛЬЗЯ:

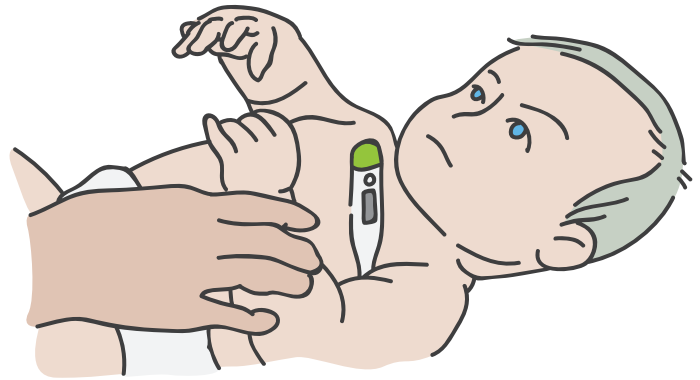
пытаться вытрясти предмет ударами по голове, достать палочками или спичками. Извлекать торчащие предметы (такие как карандаш, палка и т. п., которые повредили слуховой канал), может только врач.



## ПОТЕРЯ СОЗНАНИЯ, ОТСУТСТВИЕ ДЫХАНИЯ, ПУЛЬСА

### ❗ ЧТО ДЕЛАТЬ:

провести сердечно-легочную реанимацию: положить ребенка на спину, запрокинуть ему голову, поднять подбородок двумя пальцами. Сделать 5 вдохов малышу в рот, затем 15 очень быстрых (1–2 в секунду) надавливаний двумя пальцами на грудную клетку на глубину 4 см. Затем чередовать 2 вдоха с 15 надавливаниями. При появлении самостоятельного дыхания — придать ребенку устойчивое боковое положение (взять на руки лицом к себе) и держать до прибытия скорой медицинской помощи, контролируя признаки жизни.



## УСТОЙЧИВАЯ ТЕМПЕРАТУРА ВЫШЕ 39 ГРАДУСОВ, НЕ СБИВАЕТСЯ ЖАРОПОНИЖАЮЩИМ

### ❗ ЧТО ДЕЛАТЬ:

вызвать скорую, до ее приезда: обеспечить доступ свежего воздуха, дать обильное теплое питье, растереть руками, смоченными прохладной водой, руки, ноги, спинку и живот малыша, после чего обмахнуть полотенцем и накрыть простынкой. Если ребенок интенсивно потеет — меняем мокрую одежду на сухую.

### ❌ ЧЕГО ДЕЛАТЬ НЕЛЬЗЯ:

кутать ребенка, давать аспириносодержащие препараты, добавлять в воду для растирания уксус или спирт, обливать холодной водой.



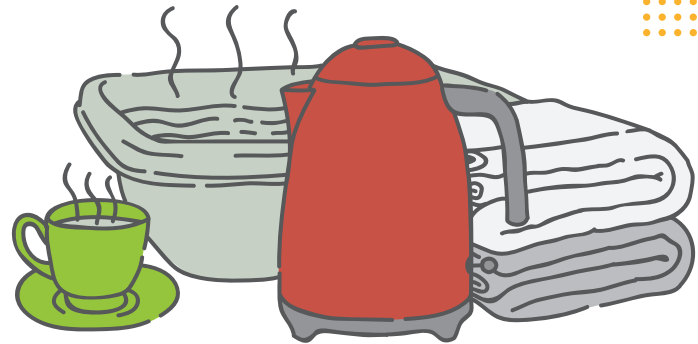
## УДАР ЭЛЕКТРИЧЕСКИМ ТОКОМ

### ❗ СИМПТОМЫ:

ожоги на руках и пальцах, носовое или ротовое кровотечение, затруднение дыхания, нарушение сердечного ритма.

### 🚑 ЧТО ДЕЛАТЬ:

немедленно вызвать скорую, в случае потери сознания до ее приезда провести сердечно-легочную реанимацию: положить ребенка на спину, запрокинуть ему голову, поднять подбородок двумя пальцами. Сделать 5 вдохов малышу в рот, затем 15 очень быстрых (1–2 в секунду) надавливаний двумя пальцами на грудную клетку на глубину 4 см. Затем чередовать 2 вдоха с 15 надавливаниями. При появлении самостоятельного дыхания — придать ребенку устойчивое боковое положение (взять на руки лицом к себе) и держать до прибытия скорой медицинской помощи, контролируя признаки жизни.



## ОБМОРОЖЕНИЕ

### ❗ СИМПТОМЫ:

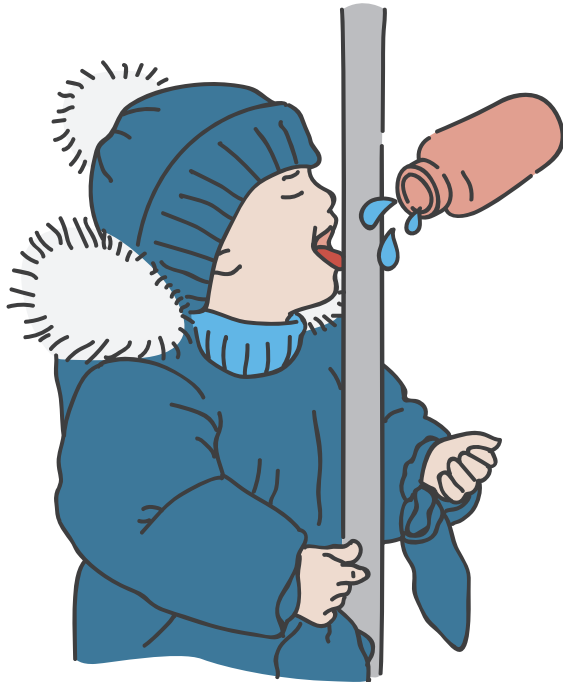
кожа ярко красная, болит и чешется, либо, наоборот, бледная и покрылась пузырьками; отсутствие чувствительности в поврежденном месте, общая слабость и озноб.

### 🚑 ЧТО ДЕЛАТЬ:

дать теплое питье; медленно согреть ребенка (при обморожении всего тела — в ванной, при частичном — погрузив в емкость с водой пострадавший участок тела): добавлять в прохладную воду постепенно теплую, довести до нормальной температуры тела. Возможно также согреть, постепенно накрывая малыша теплыми платками, пледами и т. п.

### ❌ ЧЕГО ДЕЛАТЬ НЕЛЬЗЯ:

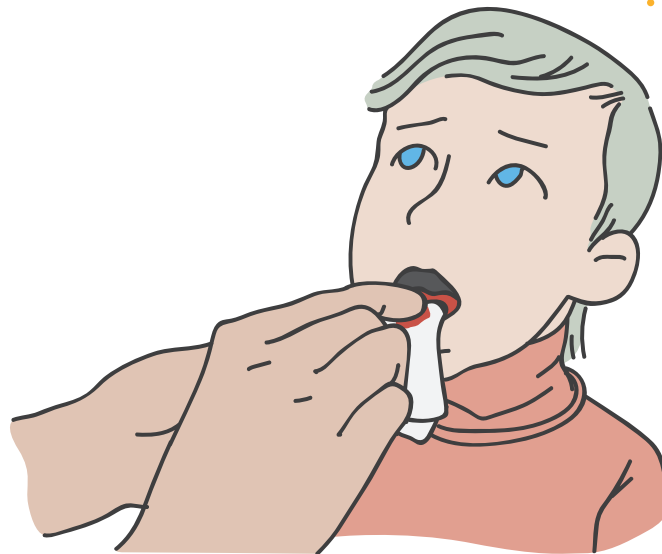
растирать снегом, варежками и алкоголем.



## ЯЗЫК ПРИЛИП К МЕТАЛЛУ НА МОРОЗЕ

### ❶ ЧТО ДЕЛАТЬ:

попытаться согреть язык собственным дыханием, делая вдох носом, а выдох — ртом; самое лучшее — полить любой теплой жидкостью (водой, чаем и т. п.), которую можно попросить в любом ближайшем магазине или магазине.

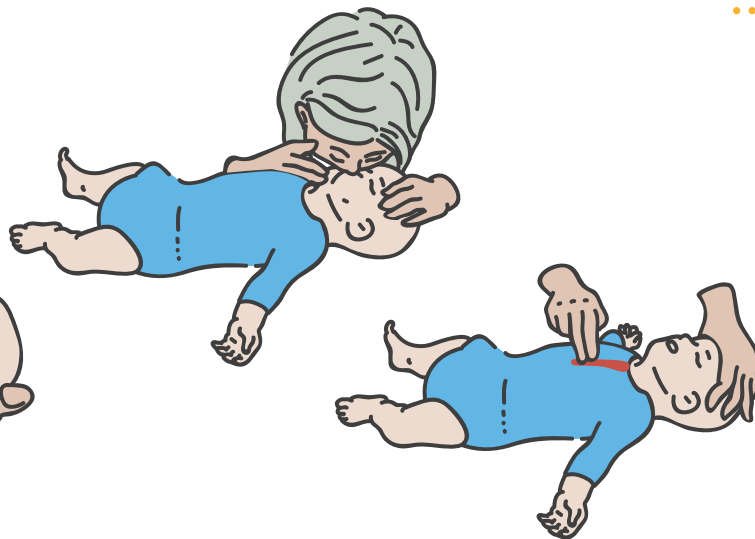
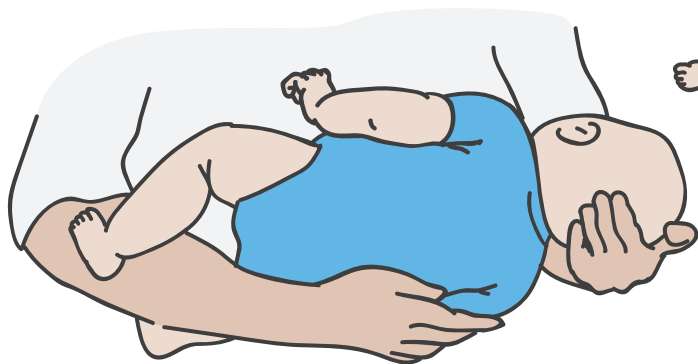


### ❷ ЧЕГО ДЕЛАТЬ НЕЛЬЗЯ:

отдирать язык механическим путем, пытаться нагреть металл зажигалкой, лить на него горячую жидкость.

**Если ребенок дернулся и язык поврежден** — наклоните голову малыша слегка назад, через чистую ткань зажмите язык пальцами, подержите несколько минут. При серьезных повреждениях, когда кровотечение не останавливается, срочно вызывайте скорую помощь.





## АФФЕКТИВНО-РЕСПИРАТОРНЫЙ ПРИСТУП

### ❗ СИМПТОМЫ:

малыш «заходится» в плаче, синеют лицо и губы, возникает спазм гортани, и младенец перестает дышать, теряет сознание.

### ❗ ЧТО ДЕЛАТЬ:

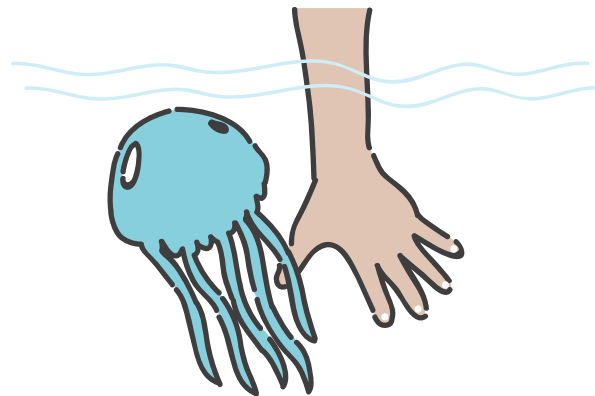
не дать ребенку упасть, взять его на руки и повернуть набок (чтобы не запал язык), подождать 20–30 секунд. Если в течение этого времени сознание и ды-

хание не восстановилось, вызвать скорую. Ожидая ее приезда, провести сердечно-легочную реанимацию: положить ребенка на спину, запрокинуть ему голову, поднять подбородок двумя пальцами. Сделать 5 вдохов малышу в рот, затем 15 очень быстрых (1–2 в секунду) надавливаний двумя пальцами на грудную клетку на глубину 4 см. Затем чередовать 2 вдоха с 15 надавливаниями. При появлении самостоятельного дыхания — придать ребенку устойчивое боковое положение (взять на руки лицом к себе) и держать до прибытия скорой медицинской помощи, контролируя признаки жизни.

## ВОЗРАСТ ОТ ТРЕХ ДО СЕМИ



Дети детсадовского возраста подвижны и любознательны. Диапазон исследования мира у них расширяется. При этом трех- и даже пятилетний малыш далеко не всегда способен оценить потенциальную опасность: змея или медуза для него — не угроза, а объект для увлекательного изучения. Поэтому родителям необходимо проявлять особую бдительность и быть всегда готовыми прийти на помощь.



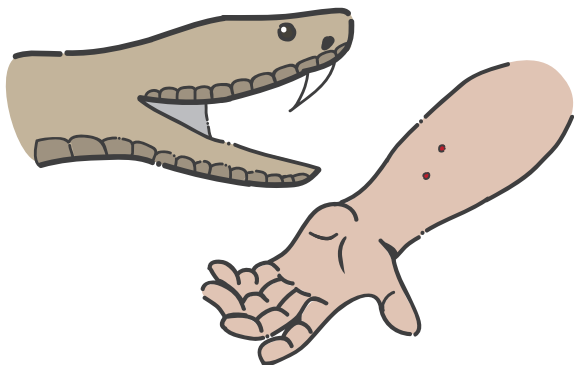
### УКУС МЕДУЗЫ ИЛИ ДРУГИХ МОРСКИХ ОБИТАТЕЛЕЙ

#### ❗ СИМПТОМЫ:

боль, отек на месте укуса, головная боль, тошнота и рвота.

#### ❗ ЧТО ДЕЛАТЬ:

вызвать скорую медицинскую помощь, усадить ребенка на удобную поверхность, промывать пораженный участок большим количеством воды в течение 20 минут.



## УКУС ЗМЕИ

Видов змей множество, соответственно, их яд может быть различного действия.

### ❗ СИМПТОМЫ:

две характерные точки на месте укуса и сильная боль, тошнота и рвота, нарушение зрения, повышенное слюноотделение, затрудненное дыхание.

### ❗ ЧТО ДЕЛАТЬ:

немедленно вызвать скорую, до ее приезда поить ребенка большим количеством воды, обеспечить ему максимальную неподвижность (чтобы предотвратить распространение яда), наложить нетугую повязку на месте укуса. Постарайтесь выяснить максимально подробно, как выглядела укусившая ребенка змея (цвет, длина).



В случае необходимости (например, при потере сознания), сделать сердечно-легочную реанимацию: положить ребенка на спину, запрокинуть ему голову, поднять подбородок двумя пальцами. Сделать 5 вдохов малышу в рот, затем 15 очень быстрых (1–2 в секунду) надавливаний ладонью на грудную клетку на глубину 5 см. Затем чередовать 2 вдоха с 15 надавливаниями. При появлении самостоятельного дыхания — придать ребенку устойчивое боковое положение (взять на руки лицом к себе) и держать до прибытия скорой медицинской помощи, контролируя признаки жизни.

### ❌ ЧЕГО ДЕЛАТЬ НЕЛЬЗЯ:

надрезать место укуса, прижигать ранку (поверхностное прижигание неспособно разрушить глубоко проникший яд, но на его месте образуется струп, под которым начинается нагноение), накладывать жгут.

## УКУС НАСЕКОМОГО : (ПЧЕЛЫ, ОСЫ, ШЕРШНЯ, КЛЕЩА)

### ❶ ЧТО ДЕЛАТЬ:

• **При укусе пчелы** — аккуратно вынуть жало (другие насекомые его не оставляют). Для этого промойте место укуса, продезинфицируйте руки и пинцет либо иголку. После удаления жала (либо при его отсутствии) протрите ранку перекисью водорода, спиртом или раствором фурацилина. Обязательно дайте антигистаминное средство. Особенно это важно при укусе в слизистую губ или рта — чтобы избежать отека и удушья. После такого укуса важно максимально быстро обратиться к врачу. Для аллергиков укусы насекомых представляют особую опасность.

• **При укусе клеща** самое надежное и безопасное, чтобы его удалил специалист. Делая это самостоятельно, можно оставить частичку в теле, что вызовет серьезные проблемы. Кроме того, в любом случае клеща необходимо отправить на исследование, чтобы подстраховаться от заражения энцефалитом или боррелиозом. При самостоятельном удалении нужно захватить клеща пинцетом максимально близко к коже и аккуратно тянуть, одновременно выкручивая. После удаления обработать место укуса перекисью водорода или хлоргексидином. При появлении малейших признаков воспаления обратиться в травмпункт.

• **При укусе мошки** (особенно в глаз) — промыть водой и приложить холод к месту укуса, дать антигистаминный препарат. При росте отека, продолжительной боли и повышении температуры — срочно обратиться к врачу.

## ЛОЖНЫЙ КРУП : (ОСЫ, ПЧЕЛЫ, ШЕРШНЯ, КЛЕЩА)

### ❷ СИМПТОМЫ:

осипший, еле слышный голос; шумное дыхание с затрудненными вдохами; посинение губ.

### ❸ ЧТО ДЕЛАТЬ:

вызвать скорую помощь, до ее приезда увлажнить воздух в помещении (если нет специального увлажнителя, можно развесить по комнате х/б ткань, смоченную водой); дать ребенку медленно выпить стакан теплой воды; при заложенном носе — закапать сосудосуживающие капли.

### ❹ ЧЕГО ДЕЛАТЬ НЕЛЬЗЯ:

растирать горло мазью, ставить горчичники; давать напитки с аллергенами (медом, малиной, цитрусовыми), давать лекарства от кашля и отхаркивающие препараты.



## ФЕБРИЛЬНЫЕ СУДОРОГИ

(ДРОЖЬ И ПОДЕРГИВАНИЕ КОНЕЧНОСТЕЙ ИЛИ ДРУГИХ ЧАСТЕЙ ТЕЛА ПРИ РЕЗКОМ ПОДЪЕМЕ ТЕМПЕРАТУРЫ ВЫШЕ 38° ИЛИ НА ФОНЕ ЕЕ СНИЖЕНИЯ)

### ❓ СИМПТОМЫ:

длятся, как правило, несколько минут и прекращаются самостоятельно; возможны рвота и непроизвольное мочеиспускание; закатывание глаз; стоны; потеря сознания (обморок).

### ❗ ЧТО ДЕЛАТЬ:

уложить ребенка в устойчивое боковое положение: расположить ближнюю к себе руку ребенка под прямым углом к его телу; дальнюю от себя руку ребенка приложить тыльной стороной ладони к его противоположной щеке; согнуть дальнюю от себя ногу ребенка в колене, поставить ее с опорой на стопу, надавить на колено этой ноги на себя и повернуть ребенка; слегка запрокинуть его голову и подтянуть ногу, лежащую сверху, ближе к животу.

После этого убрать подальше все потенциально опасные предметы, расстегнуть одежду, сдавливающую область головы и шеи ребенка. Если ребенок задыхается и синеет, приступ длится больше 5 минут — вызывать скорую помощь. При потере сознания до приезда врачей — провести сердечно-легочную реанимацию: положить ребенка на спину, запрокинуть ему голову, поднять подбородок двумя пальцами. Сделать 5 вдохов малышу в рот, затем 15 очень быстрых (1–2 в секунду) надавливаний ладонью на грудную клетку на глубину 5 см. Затем чередовать 2 вдоха с 15 надавливаниями.

### ❌ ЧЕГО ДЕЛАТЬ НЕЛЬЗЯ:

сжимать ребенка, ограничивать его действия, согревать или охлаждать во время приступа.

В любом случае по окончании приступа обратитесь к врачу для дополнительного обследования.



## ИНОРОДНОЕ ТЕЛО В ДЫХАТЕЛЬНЫХ ПУТЯХ

### ❗ СИМПТОМЫ:

затруднение или отсутствие дыхания, посинение губ, хрипы.

### ❗ ЧТО ДЕЛАТЬ:

встать на одно колено, наклонить ребенка через другое колено; нанести 5 резких ударов основанием своей ладони между лопатками.

**Другой способ:** встать позади ребенка, опуститься на оба колена; ладонью обхватить сжатый кулак, размещенный над пупком подавившегося ребенка; резко надавить на живот чуть выше пупка ребенка в направлении внутрь и кверху (при необходимости надавливания повторить до 5 раз).



**Если инородное тело не удалено** — вызвать скорую помощь, до ее приезда продолжать попытки его удаления, чередуя 5 ударов по спине с 5 надавливаниями на живот. При потере сознания — начать сердечно-легочную реанимацию, следя за возможным появлением инородного тела во рту. Для этого положить ребенка на спину, запрокинуть ему голову, поднять подбородок двумя пальцами. Сделать 5 вдохов малышу в рот, затем 15 очень быстрых (1–2 в секунду) надавливаний ладонью на грудную клетку на глубину 5 см. Затем чередовать 2 вдоха с 15 надавливаниями.



## ПЕРЕГРЕВАНИЕ (ТЕПЛОВОЙ УДАР)

### ❓ СИМПТОМЫ:

повышенная температура, головная боль, тошнота и рвота, головокружение, слабость, потеря сознания, судороги, учащенное сердцебиение, учащенное поверхностное дыхание.

### 🛠 ЧТО ДЕЛАТЬ:

напоить ребенка охлажденной водой, расстегнуть или снять с него одежду. Если ребенок без сознания — придать устойчивое боковое положение. Для



этого расположить ближнюю к себе руку ребенка под прямым углом к его телу; дальнюю от себя руку ребенка приложить тыльной стороной ладони к его противоположной щеке; согнуть дальнюю от себя ногу ребенка в колене, поставить ее с опорой на стопу, надавить на колено этой ноги на себя и повернуть ребенка; слегка запрокинуть его голову и подтянуть ногу, лежащую сверху, ближе к животу.

### ❌ ЧЕГО ДЕЛАТЬ НЕЛЬЗЯ:

допускать резкого охлаждения тела ребенка (например, помещать в ванну с холодной водой).



## ОБМОРОЖЕНИЕ

### ❓ СИМПТОМЫ:

кожа ярко красная, болит и чешется, либо, наоборот, бледная и покрылась пузырями; отсутствие чувствительности в поврежденном месте, общая слабость и озноб.

### ❗ ЧТО ДЕЛАТЬ:

дать теплое питье; медленно согреть ребенка (при обморожении всего тела — в ванной, при частичном — погрузив в емкость с водой пострадавший участок тела): добавлять в прохладную воду постепенно теплую, довести до нормальной температуры тела. Возможно также согреть, постепенно накрывая малыша теплыми платками, пледами и т. п.

### ❌ ЧЕГО ДЕЛАТЬ НЕЛЬЗЯ:

растирать снегом, варежками и алкоголем.

## ЯЗЫК ПРИЛИП К МЕТАЛЛУ НА МОРОЗЕ

### ❗ ЧТО ДЕЛАТЬ:

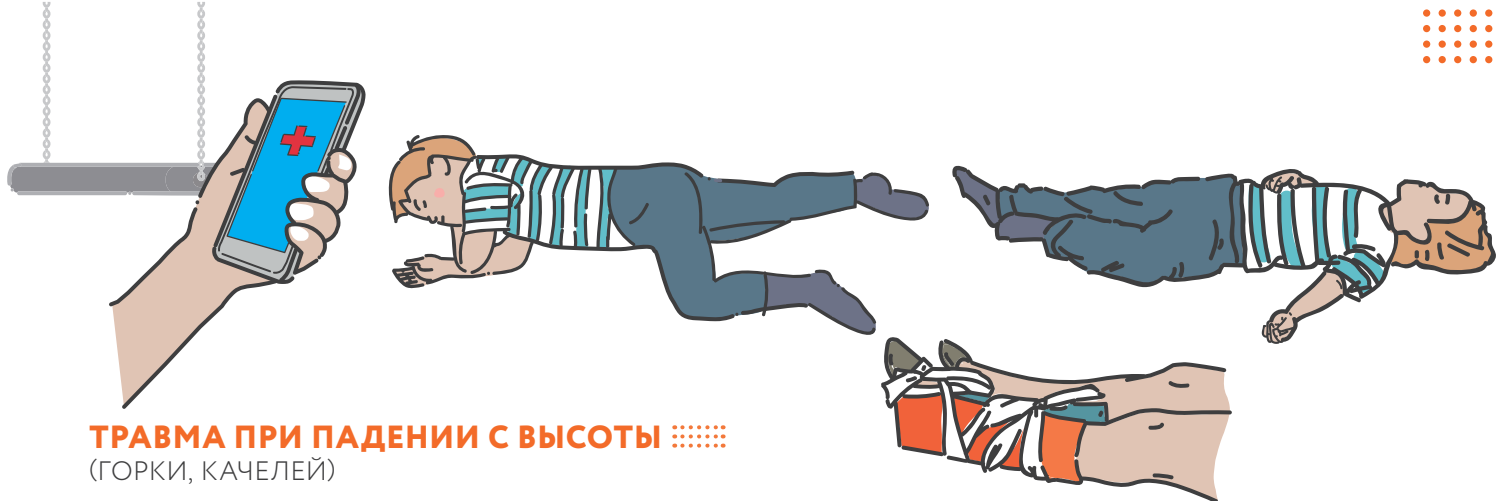
попытаться отогреть язык собственным дыханием, делая вдох носом, а выдох — ртом; самое лучшее — полить любой теплой жидкостью (водой, чаем и т. п.), которую можно попросить в любом ближайшем общепите или магазине.

### ❌ ЧЕГО ДЕЛАТЬ НЕЛЬЗЯ:

отдирать язык механическим путем, пытаться нагреть металл зажигалкой, лить на него горячую жидкость.

**Если ребенок дернулся и язык поврежден** — наклоните голову малыша слегка назад, через чистую ткань зажмите язык пальцами, подержите несколько минут. При серьезных повреждениях, когда кровотечение не останавливается, срочно вызывайте скорую помощь.





## ТРАВМА ПРИ ПАДЕНИИ С ВЫСОТЫ :|||||

(ГОРКИ, КАЧЕЛЕЙ)

### ■ ЧТО ДЕЛАТЬ:

немедленно вызвать бригаду скорой, до ее приезда оказать первую помощь в зависимости от характера повреждений. При ударе головой придать устойчивое боковое положение: расположить ближнюю к себе руку ребенка под прямым углом к его телу; дальнюю от себя руку ребенка приложить тыльной стороной ладони к его противоположной щеке; согнуть дальнюю от себя ногу ребенка в колене, поставить ее с опорой на стопу, надавить на колено этой ноги на себя и повернуть ребенка; слегка запрокинуть его голову и подтянуть ногу, лежащую сверху, ближе к животу. В таком положении ребенок не захлебнется при возникновении рвоты, возможной при сотрясении мозга.

**При ударе позвоночником** при падении на спину категорически нельзя поднимать голову ребенка, подкладывать что-то под нее, брать ребенка на руки. Необходимо обеспечить полный покой в положении на спине.

**При переломе конечности** можно наложить шину — если вы намерены везти ребенка в травмпункт самостоятельно. Симптомы перелома: отек, посинение, боль. В качестве шины подойдет фрагмент доски, сложенный в несколько раз картон, его необходимо аккуратно подложить под поврежденную конечность и зафиксировать бинтом либо любыми полосками ткани.



## **ДЛИТЕЛЬНОЕ ПОГРУЖЕНИЕ В ВОДУ С ГОЛОВОЙ** (РЕБЕНОК УТОНУЛ) ::::::::::::::

### **❶ ЧТО ДЕЛАТЬ:**

достать ребенка из воды (ванны, бассейна, водоема) и нести лицом вниз или на боку, чтобы вода из носа и рта могла вытекать. Перегните ребенка через свою руку, сделайте до 10 постукиваний между лопатками. Если при этом у него получится откашляться — хорошо. Если ребенок не дышит — вызываем скорую помощь, до ее приезда проводим сердечно-легочную реанимацию: кладем ребенка на ровную и твердую поверхность на спину, запрокидываем ему голову, поднимаем подбородок двумя пальцами; делаем 5 вдохов ребенку в рот, затем 15 очень быстрых (1–2 в секунду) надавливаний ладонью на грудную клетку на глубину 5 см; затем чередуем 2 вдоха с 15 надавливаниями.



## **ТУПАЯ ТРАВМА ЖИВОТА** :::::::::::::: (НАПРИМЕР, ПРИ УДАРЕ О РУЛЬ ВЕЛОСИПЕДА, КРАЙ СТУЛА И Т. П.)

### **❷ СИМПТОМЫ:**

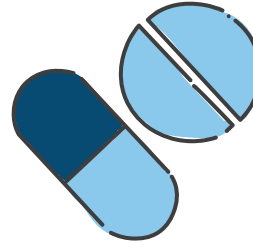
резкая, затем тупая тянущая боль, тошнота, бледность. Симптомы могут не проявляться сразу, необходимо наблюдение за ребенком в течение нескольких часов.

### **❸ ЧТО ДЕЛАТЬ:**

вызвать скорую помощь, до ее приезда уложить ребенка в комфортное положение (в котором меньше болевых ощущений), прикладывать к животу холод (лед только через ткань). Если засыпает — будить каждые 10–15 минут.

### **❹ ЧЕГО ДЕЛАТЬ НЕЛЬЗЯ:**

давать обезболивающее, кормить и поить ребенка.



## ОЖОГ

### ❶ ЧТО ДЕЛАТЬ:

при небольшом ожоге опустить пораженное место в прохладную воду на несколько минут. После этого обработать кожу мягким щадящим средством на основе пантенола. Ни в коем случае нельзя смазывать пораженный участок растительным маслом — оно формирует пленку, которая не дает коже нормально остыть и мешает заживанию. При серьезных ожогах немедленно вызывайте скорую помощь. До ее приезда дайте ребенку обезболивающее, чтобы снять болевой шок.

**При химическом ожоге** — быстро снять с ребенка одежду, обувь, смыть вредное вещество большим количеством проточной прохладной воды (держать пораженное место под водой не менее 15 минут), после чего накрыть чистой тканью и смачивать ее прохладной водой.

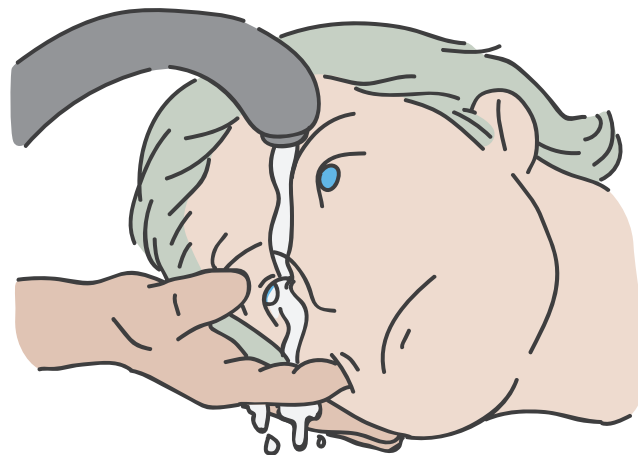
### ❷ ЧЕГО ДЕЛАТЬ НЕЛЬЗЯ:

промывать пораженный участок чем-то кроме воды, тереть, обрабатывать антисептиком.



## ВОЗРАСТ ОТ 7 ЛЕТ

Ребенок растет, становится все более самостоятельным. Он может встретиться с опасностью один на один или получить травму, например, по дороге в школу или с дополнительных занятий. И задача заботливых родителей — не просто помочь, если неприятность уже произошла, но и научить, как действовать в опасной ситуации.



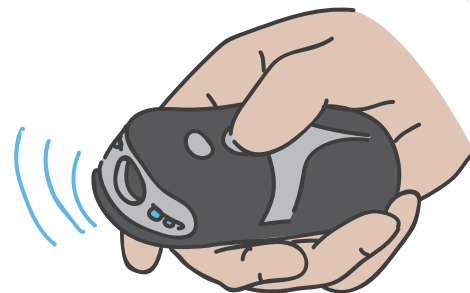
### ПОРАЖЕНИЕ ОРГАНОВ ЗРЕНИЯ

(ПОПАДАНИЕ ОПАСНОГО ВЕЩЕСТВА  
ИЛИ ИНОРОДНОГО ТЕЛА)

#### ❗ ЧТО ДЕЛАТЬ:

обильно промыть глаз от внутреннего угла к наружному; наложить стерильную повязку; немедленно обратиться к врачу.

• **В случае поражения глаз из газового баллончика** — немедленно покинуть загазованную зону, помочь промыть глаза водой, умыться лицо с мылом; в случае необходимости — обратиться за медицинской помощью.



## НАПАДЕНИЕ СОБАКИ

### ❗ ЧТО ДЕЛАТЬ, ЧТОБЫ ИЗБЕЖАТЬ НАПАДЕНИЯ:

остановиться и не пытаться убежать, по возможности встать спиной к стене или дереву, уверенно командовать «Фу!», «Назад!», «Нельзя!». Если с собой есть нетяжелый предмет (а лучше — еда), бросить его в сторону, чтобы отвлечь животное. Если собака совсем близко и готовится напасть — набросить ей на морду одежду; громко звать на помощь.

### ❗ ЧЕГО ДЕЛАТЬ НЕЛЬЗЯ:

наклоняться, присаживаться, пытаться погладить животное; смотреть собаке в глаза; замахиваться.

### ❗ ЕСЛИ СОБАКА НАПАЛА:

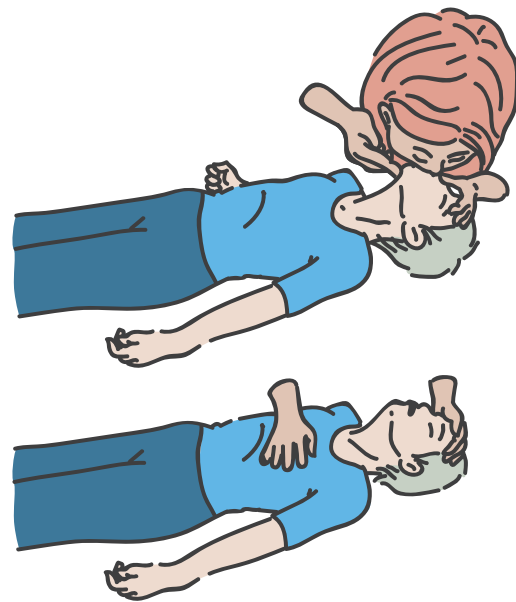
бить ей в глаза, нос и шею, в остальных местах чувствительность низкая.

### ❗ ВАЖНО:

если вы живете там, где много бродячих собак — приобретите ребенку ультразвуковой отпугиватель (небольшое устройство размером с фонарик), научите им пользоваться.

### ❗ КАК ПОМОЧЬ ПОСЛЕ УКУСА СОБАКИ:

обработать рану антисептиком (хлоргексидин, мирамистин, перекись водорода); наложить давящую повязку; как можно быстрее обратиться в травмпункт — животное может быть заражено бешенством, потребуются уколы.



## ТРАВМА ПОЗВОНОЧНИКА

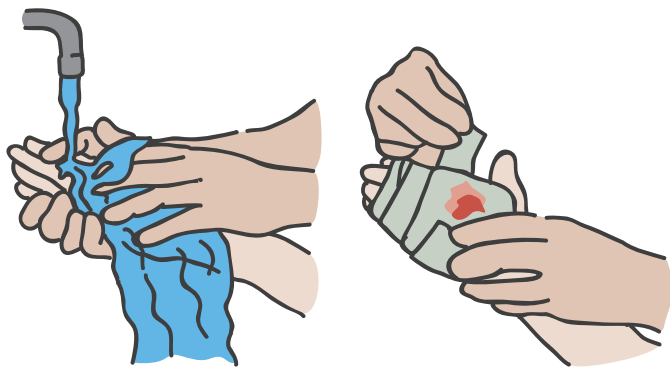
### ❗ СИМПТОМЫ:

боли в области спины, нарушение чувствительности конечностей.

### ❗ ЧТО ДЕЛАТЬ:

оптимально — оставить ребенка до прибытия скорой медицинской помощи без изменения положения после получения травмы; при наличии угрозы (например, упавший с велосипеда ребенок нахо-

дится на проезжей части) — с особой осторожностью, усилиями нескольких человек переместить его на твердую жесткую горизонтальную поверхность в безопасное место. При отсутствии дыхания, сердечного ритма, потере сознания — провести сердечно-легочную реанимацию: сделать 5 вдохов ребенку в рот, затем 15 очень быстрых (1–2 в секунду) надавливаний ладонями, положенными одна на другую, на грудную клетку на глубину 5 см. Затем чередовать 2 вдоха с 15 надавливаниями.



## ОЖОГ

### ❓ СИМПТОМЫ:

**поверхностный ожог** — покраснение и отек кожи, появление пузырей, заполненных прозрачной жидкостью; **глубокий ожог** — появление пузырей, заполненных кровянистым содержимым, кожа выглядит обуглившейся и становится нечувствительной к боли.

### 🛠 ЧТО ДЕЛАТЬ:

охладить обожженную часть тела проточной холодной водой в течение 20 минут; ожоговую поверхность закрыть нетугой повязкой, дать ребенку теплое питье. Обязательно следует вызвать скорую медицинскую помощь.



### ⊗ ЧЕГО ДЕЛАТЬ НЕЛЬЗЯ:

вскрывать ожоговые пузыри, убирать с пораженной поверхности части обгоревшей одежды, наносить на пораженные участки мази, жиры.

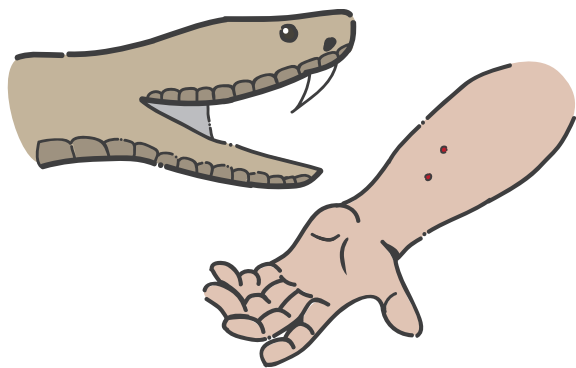
## ОЖОГ ВЕРХНИХ ДЫХАТЕЛЬНЫХ ПУТЕЙ

### ❓ СИМПТОМЫ:

одышка, кашель после нахождения в горящем помещении; возможны закомченность и ожоги лица.

### 🛠 ЧТО ДЕЛАТЬ:

немедленно вынести (вывести) пострадавшего ребенка на свежий воздух, придать ему положение полусидя, вызвать скорую помощь.



## УКУС ЗМЕИ

Видов змей множество, соответственно, их яд может быть различного действия.

### ❓ СИМПТОМЫ:

две характерные точки на месте укуса и сильная боль, тошнота и рвота, нарушение зрения, повышенное слюноотделение, затрудненное дыхание.

### ❗ ЧТО ДЕЛАТЬ:

немедленно вызвать скорую, до ее приезда поить ребенка большим количеством воды, обеспечить ему максимальную неподвижность (чтобы предот-

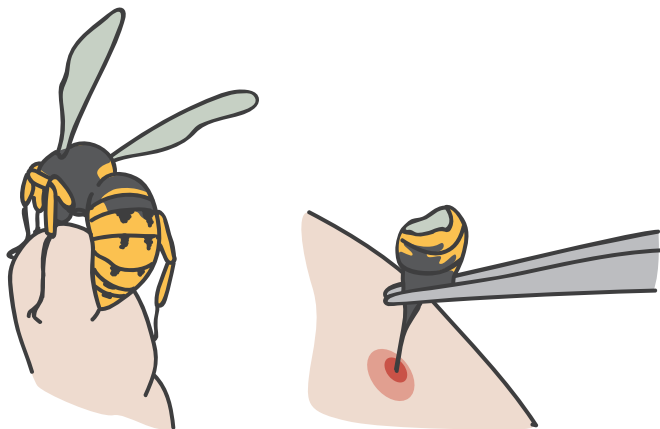
вратить распространение яда), наложить нетугую повязку на месте укуса. Постарайтесь выяснить максимально подробно, как выглядела укусившая ребенка змея (цвет, длина).

В случае необходимости (например, при потере сознания), сделать сердечно-легочную реанимацию: положить ребенка на спину, запрокинуть ему голову, поднять подбородок двумя пальцами. Сделать 5 вдохов в рот, затем 15 очень быстрых (1–2 в секунду) надавливаний ладонью на грудную клетку на глубину 5 см. Затем чередовать 2 вдоха с 15 надавливаниями. При появлении самостоятельного дыхания — придать ребенку устойчивое боковое положение: расположить ближнюю к себе руку ребенка под прямым углом к его телу; дальнюю от себя руку ребенка приложить тыльной стороной ладони к его противоположной щеке; согнуть дальнюю от себя ногу ребенка в колене, поставить ее с опорой на стопу, надавить на колено этой ноги на себя и повернуть ребенка; слегка запрокинуть его голову и подтянуть ногу, лежащую сверху, ближе к животу.

### ❌ ЧЕГО ДЕЛАТЬ НЕЛЬЗЯ:

надрезать место укуса, прижигать ранку (поверхностное прижигание неспособно разрушить глубоко проникший яд, но на его месте образуется струп, под которым начинается нагноение), накладывать жгут.

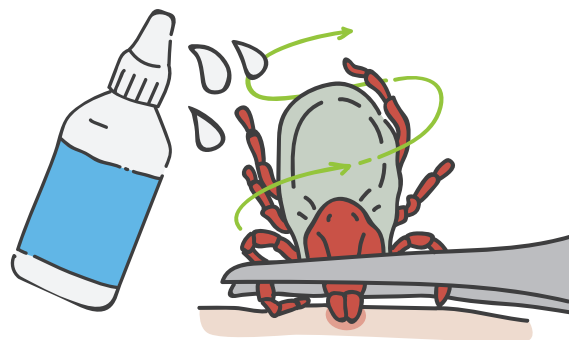




## УКУС НАСЕКОМОГО : (ПЧЕЛЫ, ОСЫ, ШЕРШНЯ, КЛЕЩА)

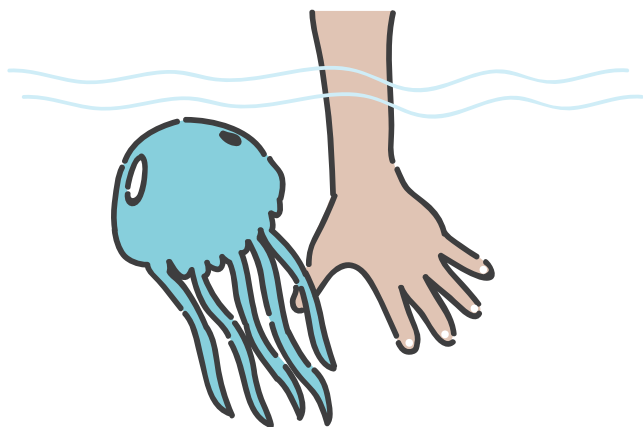
### ■ ЧТО ДЕЛАТЬ:

• **При укусе пчелы** — аккуратно вынуть жало (другие насекомые его не оставляют). Для этого промойте место укуса, продезинфицируйте руки и пинцет либо иголку. После удаления жала (либо при его отсутствии) протрите ранку перекисью водорода, спиртом или раствором фурацилина. Обязательно дайте антигистаминное средство. Особенно это важно при укусе в слизистую губ или рта — чтобы избежать отека и удушья. После такого укуса важно максимально быстро обратиться к врачу. Для аллергиков укусы насекомых представляют особую опасность.



• **При укусе клеща** самое надежное и безопасное, чтобы его удалил специалист. Делая это самостоятельно, можно оставить частичку в теле, что вызовет серьезные проблемы. Кроме того, в любом случае клеща необходимо отправить на исследование, чтобы подстраховаться от заражения энцефалитом или боррелиозом. При самостоятельном удалении нужно захватить клеща пинцетом максимально близко к коже и аккуратно тянуть, одновременно выкручивая. После удаления обработать место укуса перекисью водорода или хлоргексидином. При появлении малейших признаков воспаления обратиться в травмпункт.

• **При укусе мошки** (особенно в глаза) — промыть водой и приложить холод к месту укуса, дать антигистаминный препарат. При росте отека, продолжительной боли и повышении температуры — срочно обратиться к врачу.



## УКУС МЕДУЗЫ ИЛИ ДРУГИХ МОРСКИХ ОБИТАТЕЛЕЙ

### ❓ СИМПТОМЫ:

боль, отек на месте укуса, головная боль, тошнота и рвота.

### 🛠 ЧТО ДЕЛАТЬ:

вызвать скорую медицинскую помощь, усадить ребенка на удобную поверхность, промывать пораженный участок большим количеством воды в течение 20 минут.



## ТУПАЯ ТРАВМА ЖИВОТА

(НАПРИМЕР, ПРИ УДАРЕ О РУЛЬ ВЕЛОСИПЕДА, КРАЙ СТУЛА И Т. П.)

### ❓ СИМПТОМЫ:

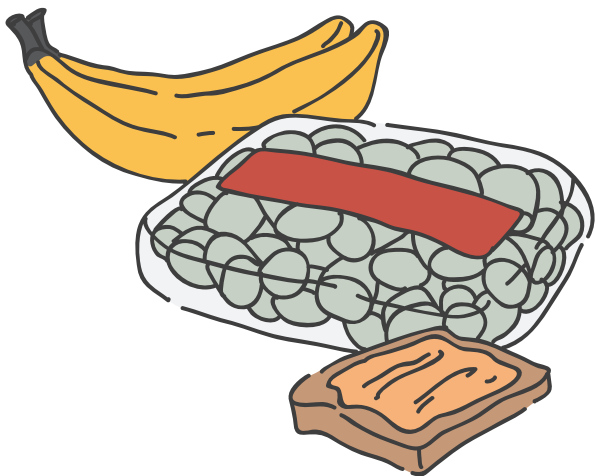
резкая, затем тупая тянущая боль, тошнота, бледность. Симптомы могут не проявляться сразу, необходимо наблюдение за ребенком в течение нескольких часов.

### 🛠 ЧТО ДЕЛАТЬ:

вызвать скорую помощь, до ее приезда уложить ребенка в комфортное положение (в котором меньше болевых ощущений), прикладывать к животу холод (лед только через ткань). Если засыпает — будить каждые 10–15 минут.

### ❌ ЧЕГО ДЕЛАТЬ НЕЛЬЗЯ:

давать обезболивающее, кормить и поить ребенка.



## РЫБНАЯ КОСТЬ В ГОРЛЕ

### ❓ СИМПТОМЫ:

дискомфорт или боль при глотании.

### 👉 ЧТО ДЕЛАТЬ:

дать ребенку зефир, пастилу, банан, мякиш хлеба: они способны «обволакивать» косточку. Это поможет безопасно и без повреждений вытянуть ее наружу пинцетом, обработанным антисептиком. После удаления рот и горло нужно прополоскать любым противовоспалительным раствором (ромашкой, ко-

рой дуба, хлоргексидином). Если ощущение кости в горле сохраняется, нужно обратиться к специалисту-отоларингологу (ЛОРу). Если затруднено дыхание — скорую нужно вызывать немедленно.

### ❌ ЧЕГО ДЕЛАТЬ НЕЛЬЗЯ:

лезть в рот пальцами или предметами, чтобы не протолкнуть кость глубже или повредить дыхательные пути; давать ребенку твердую пищу; стучать пострадавшему по спине или трясти его; массировать горло, напрягать мышцы шеи; вызывать рвоту.



## ПЕРЕГРЕВАНИЕ (ТЕПЛОВОЙ УДАР)

### ❓ СИМПТОМЫ:

повышенная температура, головная боль, тошнота и рвота, головокружение, слабость, потеря сознания, судороги, учащенное сердцебиение, учащенное поверхностное дыхание.

### 🛠 ЧТО ДЕЛАТЬ:

напоить ребенка охлажденной водой, расстегнуть или снять с него одежду. Если ребенок без сознания — придать устойчивое боковое положение. Для



этого расположить ближнюю к себе руку ребенка под прямым углом к его телу; дальнюю от себя руку ребенка приложить тыльной стороной ладони к его противоположной щеке; согнуть дальнюю от себя ногу ребенка в колене, поставить ее с опорой на стопу, надавить на колено этой ноги на себя и повернуть ребенка; слегка запрокинуть его голову и подтянуть ногу, лежащую сверху, ближе к животу.

### ❌ ЧЕГО ДЕЛАТЬ НЕЛЬЗЯ:

допускать резкого охлаждения тела ребенка (например, помещать в ванну с холодной водой).



## ОБМОРОЖЕНИЕ

### ❓ СИМПТОМЫ:

кожа ярко красная, болит и чешется, либо, наоборот, бледная и покрылась пузырями; отсутствие чувствительности в поврежденном месте, общая слабость и озноб.

### ❗ ЧТО ДЕЛАТЬ:

дать теплое питье; медленно согревать ребенка (при обморожении всего тела — в ванной, при частичном — погрузив в емкость с водой пострадавший участок тела): добавлять в прохладную воду постепенно теплую, довести до нормальной температуры тела. Возможно также согревать, постепенно накрывая ребенка теплыми платками, пледами и т. п.

### ❌ ЧЕГО ДЕЛАТЬ НЕЛЬЗЯ:

растирать снегом, варежками и алкоголем.



## ВОЗРАСТ СТАРШЕ 14 ЛЕТ

Подростки, в отличие от более младших детей, имеют много сходных со взрослыми проблем. В том числе и касающихся здоровья. Оказание неотложной помощи также имеет много общего со взрослыми. Именно в подростковом возрасте многим свойственно впервые пробовать алкоголь, делать первые затяжки. В этом возрасте особенно важно не столько ликвидировать негативные последствия травм и вредных привычек, сколько вести доходчивую профилактику.



## ИНОРОДНОЕ ТЕЛО В ДЫХАТЕЛЬНЫХ ПУТЯХ

### ❗ СИМПТОМЫ:

при нарушении проходимости верхних дыхательных путей подросток не может говорить, не может дышать или дыхание явно затруднено (шумное, хриплое), может хватать себя за горло, может кивать.

### ❗ ЧТО ДЕЛАТЬ:

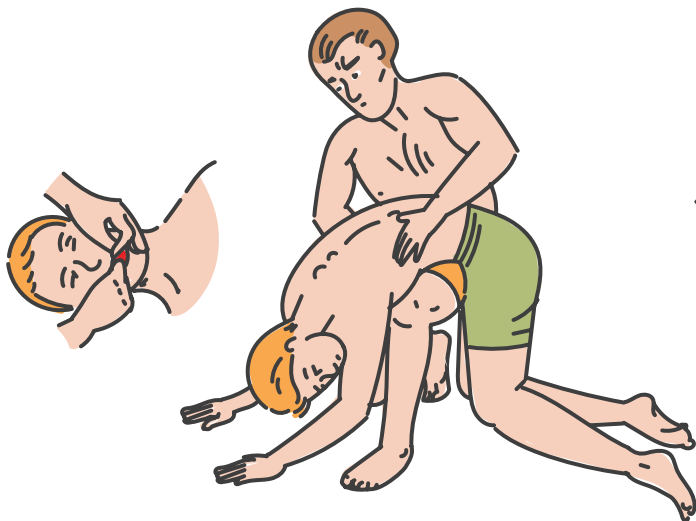
встать сбоку и немного сзади подростка и наклонить его; нанести 5 резких ударов основанием своей ладони между лопатками. Затем встать позади пострадавшего и обхватить его обеими руками на уровне верхней части живота; свой сжатый кулак плотно прихватить ладонью чуть выше пупка подростка; слегка наклонив пострадавшего вперед, резко надавить на его живот в направлении внутрь и вверх, при необходимости повторить надавливания до 5 раз. Если инородное тело не удалено, вызвать скорую медицинскую помощь, до приезда бригады продолжать попытки, чередуя 5 ударов по спине с 5 надавливаниями на живот.



**Если подросток потерял сознание,** начать сердечно-легочную реанимацию (при этом следить за возможным появлением инородного тела во рту, чтобы своевременно удалить его). Для этого положить подростка на спину, запрокинуть ему голову. Сделать 5 вдохов в рот, затем 15 очень быстрых (1–2 в секунду) надавливаний положенными одна поверх другой ладонями на грудную клетку на глубину 5–7 см. Затем чередовать 2 вдоха с 15 надавливаниями. При появлении самостоятельного дыхания — придать



подростку устойчивое боковое положение: расположить ближнюю к себе руку под прямым углом к его телу; дальнюю от себя руку пострадавшего приложить тыльной стороной ладони к его противоположной щеке; согнуть дальнюю от себя ногу ребенка в колене, поставить ее с опорой на стопу, надавить на колено этой ноги на себя и повернуть ребенка; слегка запрокинуть его голову и подтянуть ногу, лежащую сверху, ближе к животу.



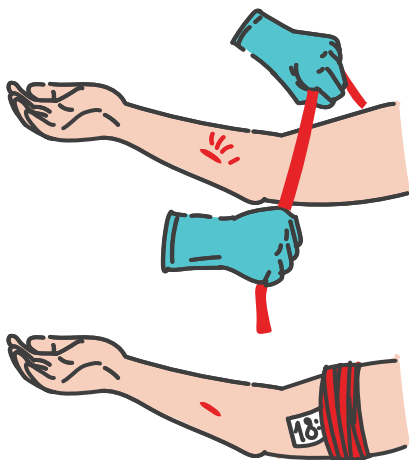
## УТОПЛЕНИЕ

### ■ ЧТО ДЕЛАТЬ:

удалить жидкость из дыхательных путей, для этого перегнуть пострадавшего через свое согнутое бедро лицом вниз и нанести 5–7 коротких сильных ударов ладонью между лопатками. Если пострадавший в сознании — согреть (можно растереть), дать горячее питье; при возбуждении — настойку седативных трав (валериана, пустырник). При отсутствии сознания, дыхания, пульса — немедленно вызвать скорую помощь, в ожидании бригады провести сердечно-легочную реанимацию: положить ребенка на спину, запрокинуть ему голову, поднять подборо-

док двумя пальцами. Сделать 5 вдохов в рот, затем 15 очень быстрых (1–2 в секунду) надавливаний ладонью на грудную клетку на глубину 5 см. Затем чередовать 2 вдоха с 15 надавливаниями. При появлении самостоятельного дыхания — придать подростку устойчивое боковое положение: расположить ближнюю к себе руку ребенка под прямым углом к его телу; дальнюю от себя руку приложить тыльной стороной ладони к его противоположной щеке; согнуть дальнюю от себя ногу подростка в колене, поставить ее с опорой на стопу, надавить на колено этой ноги на себя и повернуть ребенка; слегка запрокинуть его голову и подтянуть ногу, лежащую сверху, ближе к животу.





## СИЛЬНОЕ КРОВОТЕЧЕНИЕ ПРИ РАНЕНИИ КОНЕЧНОСТИ

(ПЛЕЧА ИЛИ БЕДРА)

### ■ ЧТО ДЕЛАТЬ:

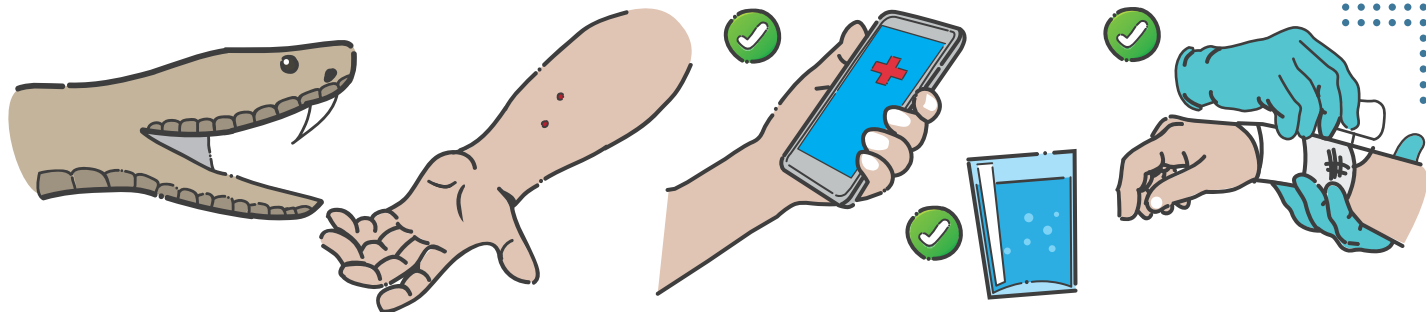
наложить кровоостанавливающий жгут. Если под рукой нет специального резинового жгута, можно скрутить полоску ткани. Жгут накладывается поверх одежды либо тканевой полоски в несколько оборотов, каждый последующий должен наполовину перекрывать предыдущий. После наложения жгута конечность обездвижить и укутать доступными



способами. Точное время наложения жгута следует указать в записке, записку поместить под жгут — его нельзя держать дольше 60 минут в теплое время года и 30 минут — в холодное. Следует как можно быстрее доставить пострадавшего к врачу.

### ✘ ЧЕГО ДЕЛАТЬ НЕЛЬЗЯ:

накладывать жгут на голое тело; пережимать среднюю треть плеча и нижнюю треть бедра (в этих случаях нужно наложить жгут выше); закрывать жгут повязкой или одеждой.



## УКУС ЗМЕИ

Видов змей множество, соответственно, их яд может быть различного действия.

### ❗ СИМПТОМЫ:

две характерные точки на месте укуса и сильная боль, тошнота и рвота, нарушение зрения, повышенное слюноотделение, затрудненное дыхание.

### ❗ ЧТО ДЕЛАТЬ:

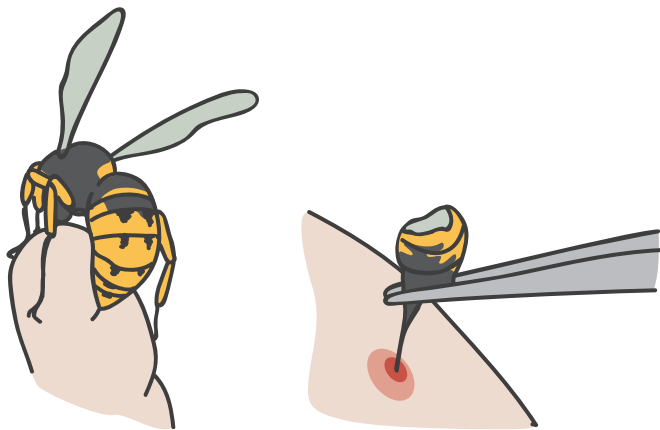
немедленно вызвать скорую, до ее приезда поить ребенка большим количеством воды, обеспечить ему максимальную неподвижность (чтобы предотвратить распространение яда), наложить нетугую повязку на месте укуса.

**В случае необходимости** (например, при потере сознания), сделать сердечно-легочную реанимацию: положить подростка на спину, запрокинуть ему го-

лову, поднять подбородок двумя пальцами. Сделать 5 вдохов в рот, затем 15 очень быстрых (1–2 в секунду) надавливаний ладонью на грудную клетку на глубину 5–7 см. Затем чередовать 2 вдоха с 15 надавливаниями. При появлении самостоятельного дыхания — придать подростку устойчивое боковое положение: расположить ближнюю к себе руку ребенка под прямым углом к его телу; дальнюю от себя руку приложить тыльной стороной ладони к его противоположной щеке; согнуть дальнюю от себя ногу ребенка в колене, поставить ее с опорой на стопу, надавить на колено этой ноги на себя и повернуть подростка; слегка запрокинуть его голову и подтянуть ногу, лежащую сверху, ближе к животу.

### ❌ ЧЕГО ДЕЛАТЬ НЕЛЬЗЯ:

надрезать место укуса, прижигать ранку (поверхностное прижигание неспособно разрушить глубоко проникший яд, но на его месте образуется струп, под которым начинается нагноение), накладывать жгут.

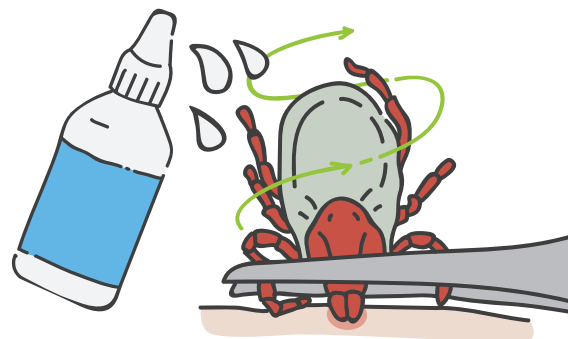


## УКУС НАСЕКОМОГО

(ПЧЕЛЫ, ОСЫ, ШЕРШНЯ, КЛЕЩА)

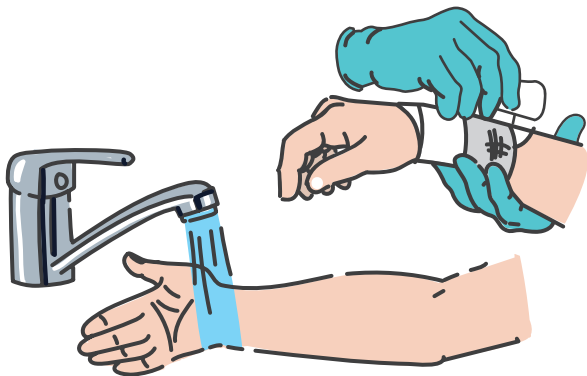
### ■ ЧТО ДЕЛАТЬ:

- **При укусе пчелы** — аккуратно вынуть жало (другие насекомые его не оставляют). Для этого промойте место укуса, продезинфицируйте руки и пинцет либо иголку. После удаления жала (либо при его отсутствии) протрите ранку перекисью водорода, спиртом или раствором фурацилина. Обязательно дайте антигистаминное средство. Особенно это важно при укусе в слизистую губ или рта — чтобы избежать отека и удушья. После такого укуса важно максимально быстро обратиться к врачу. Для аллергиков укусы насекомых представляют особую опасность.



- **При укусе клеща** самое надежное и безопасное, чтобы его удалил специалист. Делая это самостоятельно, можно оставить частичку в теле, что вызовет серьезные проблемы. Кроме того, в любом случае клеща необходимо отправить на исследование, чтобы подстраховаться от заражения энцефалитом или боррелиозом. При самостоятельном удалении нужно захватить клеща пинцетом максимально близко к коже и аккуратно тянуть, одновременно выкручивая. После удаления обработать место укуса перекисью водорода или хлоргексидином. При появлении малейших признаков воспаления обратиться в травмпункт.

- **При укусе мошки** (особенно в глаз) — промыть водой и приложить холод к месту укуса, дать антигистаминный препарат. При росте отека, продолжительной боли и повышении температуры — срочно обратиться к врачу.



## ОЖОГ

### ❗ СИМПТОМЫ:

поверхностный ожог — покраснение и отек кожи, появление пузырей, заполненных прозрачной жидкостью; глубокий ожог — появление пузырей, заполненных кровянистым содержимым, кожа выглядит обуглившейся и становится нечувствительной к боли.

### ❗ ЧТО ДЕЛАТЬ:

охладить обожженную часть тела проточной холодной водой в течение 20 минут; ожоговую поверхность закрыть нетугой повязкой, дать подростку теплое питье. Обязательно следует вызвать скорую медицинскую помощь.



### ❌ ЧЕГО ДЕЛАТЬ НЕЛЬЗЯ:

вскрывать ожоговые пузыри, убирать с пораженной поверхности части обгоревшей одежды, наносить на пораженные участки мази, жиры.

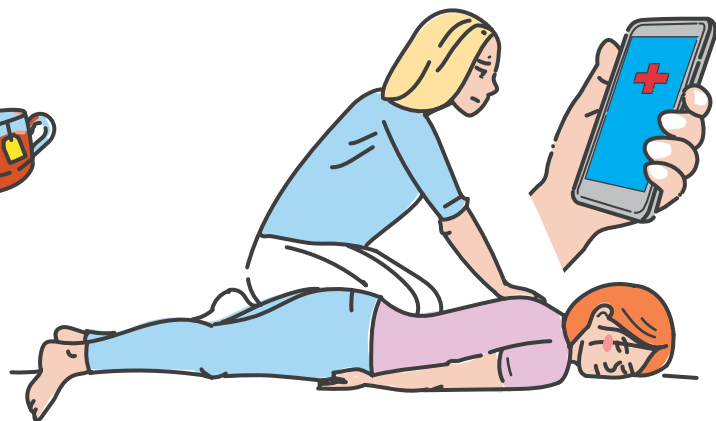
## ОЖОГ ВЕРХНИХ ДЫХАТЕЛЬНЫХ ПУТЕЙ

### ❗ СИМПТОМЫ:

одышка, кашель после нахождения в горящем помещении; возможны задохливость и ожоги лица.

### ❗ ЧТО ДЕЛАТЬ:

немедленно вынести (вывести) пострадавшего на свежий воздух, придать ему положение полусидя, вызвать скорую помощь.



## АЛКОГОЛЬНАЯ ИНТОКСИКАЦИЯ

### ❓ СИМПТОМЫ:

характерный запах; нарушения в поведении (беспричинное веселье либо, наоборот, злора); невнятная речь, нетвердая походка; возможны тошнота, рвота, сонливость.

### ❗ ЧТО ДЕЛАТЬ:

дать воды (до 500 мл), вызвать рвоту, дать активированный уголь внутрь в таблетках до 5 грамм, а затем крепкого сладкого чая. При серьезном отравлении

(с продолжительной рвотой, потерей сознания, лихорадкой — незамедлительно вызвать скорую помощь, до ее приезда уложить подростка без подушки, лучше на живот, его голову повернуть на бок во избежание попадания в дыхательные пути рвотных масс.

### ❗ ЧЕГО ДЕЛАТЬ НЕЛЬЗЯ:

- ❌ заставлять пить при затруднении глотания.



## УПОТРЕБЛЕНИЕ НАРКОТИЧЕСКИХ ВЕЩЕСТВ

### ❓ СИМПТОМЫ:

**Физиологические:** расширенные или суженные зрачки, мутные, покрасневшие глаза; плохая координация движений; несвязная (замедленная или ускоренная) речь; скачки артериального давления; расстройство ЖКТ. При систематическом применении: бессонница или сонливость, чередование беспричинного возбуждения или вялости; следы от уколов (особенно на венах), порезы, синяки.

**Поведенческие:** снижение успеваемости в школе и прогулы, неопрятность внешнего вида, болезненная реакция на общение, перепады настроения.



**Явные вещественные признаки:** папиросы в пачках из-под сигарет; свернутые трубочкой купюры и бумажки; капсулы, пузырьки, закопченные ложки и фольга; пропажа из дома денег и ценностей.

### ❗ ЧТО ДЕЛАТЬ:

немедленно сообщить подростку о своих подозрениях, дать полную информацию об угрозе летального исхода, заручиться согласием на визит к врачу. Оперативно обратиться к специалистам (наркологу, психотерапевту, психологу).

### ❌ ЧЕГО ДЕЛАТЬ НЕЛЬЗЯ:

угрожать подростку, бить, наказывать; самостоятельно заниматься лечением; замалчивать проблему.



## НАПАДЕНИЕ СОБАКИ

### ❶ ЧТО ДЕЛАТЬ,

чтобы избежать нападения: остановиться и не пытаться убежать, по возможности встать спиной к стене или дереву, уверенно скомандовать «Фу!», «Назад!», «Нельзя!». Если с собой есть нетяжелый предмет (а лучше — еда), бросить его в сторону, чтобы отвлечь животное. Если собака совсем близко и готовится напасть — набросить ей на морду одежду; громко звать на помощь.

### ❷ ЧЕГО ДЕЛАТЬ НЕЛЬЗЯ:

наклоняться, присаживаться, пытаться погладить животное; смотреть собаке в глаза; замахиваться.



### ❶ ЕСЛИ СОБАКА НАПАЛА:

бить ей в глаза, нос и шею, в остальных местах чувствительность низкая.

### ❶ ВАЖНО:

если вы живете там, где много бродячих собак — купите подростку ультразвуковой отпугиватель (небольшое устройство размером с фонарик), научите им пользоваться.

### ❶ КАК ПОМОЧЬ ПОСЛЕ УКУСА СОБАКИ:

обработать рану антисептиком (хлоргексидин, мирамистин, перекись водорода); наложить давящую повязку; как можно быстрее обратиться в травмпункт — животное может быть заражено бешенством, потребуются уколы.



Данное руководство вы можете  
скачать на сайте [38ok.ru/info/deti](https://38ok.ru/info/deti)