

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Тольяттинский государственный университет

И.В. Резникова

МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ В ЭКСТРЕННЫХ СИТУАЦИЯХ

Электронное
учебно-методическое пособие



© Резникова И.В., 2024

© ФГБОУ ВО «Тольяттинский государственный университет», 2024

ISBN 978-5-8259-1672-9

УДК 614.88(075.8)

ББК 51.1,23я73

Рецензенты:

начальник отдела охраны труда администрации г. о. Тольятти

В.А. Ступалов;

старший преподаватель института инженерной и экологической безопасности Тольяттинского государственного университета

К.Г. Лантева.

Резникова, И.В. Медицинская помощь в экстренных ситуациях : электронное учебно-методическое пособие / И.В. Резникова. – Тольятти : Издательство ТГУ, 2024. – 1 оптический диск. – ISBN 978-5-8259-1672-9.

В пособии представлены методические указания по изучению дисциплины «Медицинская помощь в экстренных ситуациях» и методические материалы по выполнению практических занятий учебного курса.

Сведения о нормативных правовых документах представлены в пособии по состоянию на 15.09.2023 г.

Предназначено для студентов направлений подготовки 20.03.01, 08.03.01, 09.03.01, 15.03.01, 18.03.01, 19.03.01, 22.03.01, 23.03.01, 23.05.01, 40.03.01, 40.05.01, 40.05.02, 44.03.01, 44.03.02, 44.03.03, 44.03.05, 46.03.01, 49.03.01, 49.03.02, 49.03.03 очной и заочной форм обучения.

Текстовое электронное издание.

Рекомендовано к изданию научно-методическим советом Тольяттинского государственного университета.

Минимальные системные требования: IBM PC-совместимый компьютер: Windows XP/Vista/7/8/10; PIII 500 МГц или эквивалент; 128 Мб ОЗУ; SVGA; CD-ROM; Adobe Acrobat Reader; интернет-браузер.

© Резникова И.В., 2024

© ФГБОУ ВО «Тольяттинский
государственный университет», 2024

Учебное издание

Резникова Ирина Валериевна

МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ В ЭКСТРЕННЫХ СИТУАЦИЯХ

Редактор Т.М. Воропанова

Технический редактор Н.П. Крюкова

Компьютерная верстка: Л.В. Сызганцева

Художественное оформление,

компьютерное проектирование: И.И. Шишкина

В оформлении пособия использованы изображения
от macrovector и rawpixel.com на сайте ru.freepik.com

Дата подписания к использованию 17.06.2024.

Объем издания 1,2 Мб.

Комплектация издания: компакт-диск, первичная упаковка.

Тираж 50 экз. Заказ № 1-52-23.

Издательство Тольяттинского государственного университета

445020, г. Тольятти, ул. Белорусская, 14,

тел. 8 (8482) 44-91-47, www.tltsu.ru

Содержание

Введение	5
Тема 1. Содержание понятия «первая помощь». Общие принципы оказания первой помощи. Организационно-правовые аспекты оказания первой помощи	7
Практическое занятие 1. Принципы оказания первой помощи	8
Тема 2. Правила и последовательность осмотра пострадавшего. Оценка состояния пострадавшего. Иммобилизация и транспортировка пострадавшего	12
Практическое занятие 2. Иммобилизация и транспортировка	13
Тема 3. Принципы и методы реанимации. Первая помощь при остановке дыхания и кровообращения	20
Практическое занятие 3. Первая помощь при остановке дыхания и кровообращения	21
Практическое занятие 4. Принципы реанимации	24
Тема 4. Первая помощь при нарушениях проходимости верхних дыхательных путей	27
Практическое занятие 5. Ситуационное задание по оказанию первой помощи 1	28
Тема 5. Первая помощь при ранениях	32
Практическое занятие 6. Первая помощь при травмах и ранениях	33
Практическое занятие 7. Ситуационное задание по оказанию первой помощи 2	36
Тема 6. Первая помощь при травмах, ожогах, отморожениях и отравлениях	39
Практическое занятие 8. Ситуационное задание по оказанию первой помощи 3	40
Методические указания по самостоятельной работе	44
Заключение	48
Библиографический список	49
Глоссарий	52

ВВЕДЕНИЕ

Учебно-методическое пособие предназначено для изучения дисциплины «Медицинская помощь в экстренных ситуациях» студентами направлений подготовки 20.03.01, 08.03.01, 09.03.01, 15.03.01, 18.03.01, 19.03.01, 22.03.01, 23.03.01, 23.05.01, 40.03.01, 40.05.01, 40.05.02, 44.03.01, 44.03.02, 44.03.03, 44.03.05, 46.03.01, 49.03.01, 49.03.02, 49.03.03 очной и заочной форм обучения.

Учебная дисциплина посвящена изучению вопросов оказания доврачебной помощи в экстренных ситуациях и базируется на основополагающих требованиях, регламентируемых Приказом Министерства здравоохранения и социального развития от 4 мая 2012 г. № 477н.

Цель изучения – формирование навыков по оказанию первой помощи пострадавшим в экстренных ситуациях.

Задачи дисциплины

1. Ознакомить обучающихся с утвержденным перечнем состояний, при которых оказывается первая помощь.
2. Ознакомить обучающегося с правилами и последовательностью осмотра пострадавшего.
3. Изучить методы и приемы оказания первой помощи пострадавшим.
4. Изучить вопросы иммобилизации и транспортировки пострадавших.

В результате изучения дисциплины студент должен:

– знать приемы и методы разработки системы по оказанию первой помощи пострадавшим в экстренных ситуациях, основываясь на принципах культуры безопасности;

– уметь разрабатывать систему по оказанию первой помощи пострадавшим в экстренных ситуациях, основываясь на принципах культуры безопасности;

– владеть навыками разработки системы по оказанию первой помощи пострадавшим в экстренных ситуациях, основываясь на принципах культуры безопасности.

Виды текущего контроля, порядок проведения и критерии оценивания

Основным видом текущего контроля при изучении курса является сдача письменных отчетов по практическим занятиям.

За каждое практическое занятие студенту выставляется оценка:

«зачтено» – если практическое задание выполнено грамотно или имеет несущественные замечания, составлен отчет по работе;

«не зачтено» – если практическое задание не выполнено, имеет грубые ошибки, не подготовлен отчет.

Рекомендуемые в пособии нормативные правовые источники можно использовать с применением любых доступных справочных и информационно-правовых ресурсов в сети Интернет.

Библиографический список [1–7], представленный в пособии, рекомендуется для самостоятельного изучения учебного материала, не вошедшего в лекционный курс.

Структура учебно-методического пособия и изучаемой дисциплины

Изучаемый курс состоит из 6 часов лекционных занятий и предполагает выполнение 8 практических работ.

В пособии представлены также иллюстрационные материалы по возможным состояниям пострадавших для оказания первой помощи.

Тема 1. СОДЕРЖАНИЕ ПОНЯТИЯ «ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ». ОБЩИЕ ПРИНЦИПЫ ОКАЗАНИЯ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПРАВОВЫЕ АСПЕКТЫ ОКАЗАНИЯ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ

Цель – усвоить понятие «первая помощь» и её основные принципы. Изучить правовые основы оказания первой помощи пострадавшим.

Задачи

1. Изучить рекомендуемый нормативный документ.
2. Получить теоретические сведения о принципах оказания первой помощи.

Нормативная правовая база

1. Приказ Министерства здравоохранения и социального развития от 4 мая 2012 г. № 477н.
2. Федеральный закон от 21 ноября 2011 г. № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации».

При освоении темы необходимо:

- изучить лекционный учебный материал и рекомендуемые нормативные правовые источники;
- выполнить задания и оформить отчет по практическому занятию 1;
- предоставить и защитить (для студентов очной формы обучения) отчеты о выполненной работе преподавателю.

Краткие сведения по теме

В статье 31 Федерального закона «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» определено, кто и в каких случаях должен оказывать первую помощь. Первая помощь до оказания квалифицированной медицинской помощи предоставляется гражданам при несчастных случаях, травмах, отравлениях и других состояниях и заболеваниях, представляющих угрозу их жизни и здоровью. Оказывать первую помощь, согласно Федеральному закону № 323-ФЗ, обязаны лица, имеющие соответствующую подготовку. К ним относятся: сотрудники органов внутренних дел РФ, сотрудники, военнослужащие и работники Государственной противопо-

жарной службы, спасатели аварийно-спасательных формирований и аварийно-спасательных служб. Понятие «первая помощь» отмечено в Федеральном законе от 21 ноября 2011 года № 323-ФЗ. Далее по тексту – Федеральный закон № 323-ФЗ.

В соответствии с частью 4 статьи 31 Федерального закона № 323-ФЗ «...водители транспортных средств и другие лица вправе оказывать первую помощь при наличии соответствующей подготовки и навыков». Первая помощь также может быть оказана на месте поражения самим пострадавшим, а также его товарищем. Это называется самопомощью и взаимопомощью.

Практическое занятие 1

Принципы оказания первой помощи

Форма проведения занятия – практическая работа.

Вопросы для обсуждения

1. Понятие «первая помощь».
2. Принципы оказания первой помощи. Организационно-правовые аспекты оказания первой помощи.

Задание

Заполнить таблицу «Состояния для оказания первой помощи», графы которой необходимо заполнить на основе полученного задания.

Методические указания по проведению занятия

1. Изучить нормативные документы.
2. Согласно приведенным в задании признакам, обнаруженным при осмотре пострадавшего, установить состояние для оказания первой помощи.
3. Заполнить бланк выполнения задания 1.

Методические материалы к занятию

Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь

В соответствии с частью 1 статьи 31 Федерального закона от 21 ноября 2011 г. № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» (Собрание законодательства Российской Федерации, 2011, № 48, ст. 6724) (далее – Федеральный закон от 21 ноября 2011 г. № 323-ФЗ) первая помощь до оказания медицинской помощи оказывается гражданам при несчастных случаях, травмах, отравлениях и других состояниях и заболеваниях, угрожающих их жизни и здоровью, лицами, обязанными оказывать первую помощь в соответствии с федеральным законом или со специальным правилом и имеющими соответствующую подготовку, в том числе сотрудниками органов внутренних дел Российской Федерации, сотрудниками, военнослужащими и работниками Государственной противопожарной службы, спасателями аварийно-спасательных формирований и аварийно-спасательных служб. В соответствии с частью 4 статьи 31 Федерального закона от 21 ноября 2011 г. № 323-ФЗ водители транспортных средств и другие лица вправе оказывать первую помощь при наличии соответствующей подготовки и (или) навыков [6]. На рис. 1 представлен осмотр пострадавшего.

Перечень состояний, при которых оказывается первая помощь, следующий.

1. Отсутствие сознания.
2. Остановка дыхания и кровообращения.
3. Наружные кровотечения.
4. Инородные тела верхних дыхательных путей.
5. Травмы различных областей тела.
6. Ожоги, эффекты воздействия высоких температур, теплового излучения.
7. Отморожение и другие эффекты воздействия низких температур.
8. Отравления.

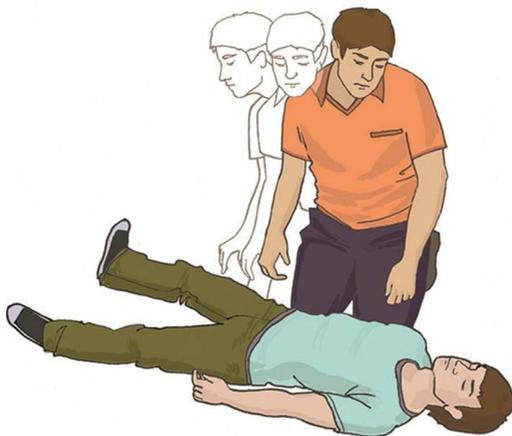


Рис. 1. Осмотр пострадавшего [5]

Бланк выполнения задания 1

Признаки, обнаруженные при осмотре пострадавшего	Состояние для оказания первой помощи
Отсутствие дыхательных движений и пульсации на сонной артерии	
Излитие крови пульсирующей струей из поврежденного кровеносного сосуда	
Кашель после поперхивания, изменение цвета лица, нарушение дыхания	
Нарушение движения в руке или ноге, боль, отечность, нарушение целостности кости	
Покраснение на коже, боль, появление пузырей с прозрачной жидкостью, обугливание	
Изменение цвета кожи, нарушение чувствительности, холодные на ощупь отдельные участки тела	
Рвота, тошнота, повышение температуры тела, нарушение дыхания и сознания	

Рекомендуемая литература

1. Приказ Министерства здравоохранения и социального развития от 4 мая 2012 г. № 477н.
2. Федеральный закон от 21 ноября 2011 г. № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации».

Тема 2. ПРАВИЛА И ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ ОСМОТРА ПОСТРАДАВШЕГО. ОЦЕНКА СОСТОЯНИЯ ПОСТРАДАВШЕГО. ИММОБИЛИЗАЦИЯ И ТРАНСПОРТИРОВКА ПОСТРАДАВШЕГО

Цель — изучить правила и последовательность осмотра пострадавшего, научиться правильно оценивать его состояние. Изучить правила иммобилизации пострадавшего и требования к транспортировке пострадавших с различными видами повреждений.

Задачи

1. Изучить рекомендуемый нормативный документ.
2. Получить сведения о правилах осмотра пострадавшего.
3. Изучить правила иммобилизации и транспортировки пострадавшего.

Нормативная правовая база

Приказ Министерства здравоохранения и социального развития от 4 мая 2012 г. № 477н.

При освоении темы необходимо:

- изучить лекционный учебный материал и рекомендуемые нормативные правовые источники;
- выполнить задания и оформить отчет по практическому занятию 2;
- предоставить и защитить (для студентов очной формы обучения) отчеты о выполненной работе преподавателю.

Краткие сведения по теме

При оказании первой помощи необходимо придерживаться определенных правил и последовательности действий. Необходимо быстро и правильно оценить состояние пострадавшего. Вначале нужно представить себе обстоятельства, при которых произошла травма, что повлияло на ее возникновение и характер. Это особенно важно в тех случаях, когда пострадавший находится без сознания. Данные, установленные лицом, оказывающим первую помощь, могут позднее помочь медикам при оказании квалифицированной помощи.

После оценки ситуации на месте происшествия выявляются и устраняются внешние опасные факторы и возможные угрозы и риски как для самого пострадавшего, так и для человека, который оказывает первую помощь пострадавшему. Это может быть, например, угроза поражения участника электрическим током в движущемся автотранспорте и другие факторы. Необходимо принять меры по прекращению действия повреждающих факторов на пострадавших и по предупреждению поражения участников оказания первой помощи. Устранить сдавление пострадавшего воздушной подушкой, ремнем безопасности, деформированными частями транспортного средства. Потушить очаги возгорания, переместить пострадавших в безопасное место. Определить количество пострадавших, осмотреть их и постараться выявить тех, кому необходимо оказывать первую помощь в первую очередь. Организовать вызов скорой медицинской помощи и других необходимых аварийно-спасательных формирований. Это можно сделать самостоятельно либо с привлечением помощников.

Практическое занятие 2

Иммобилизация и транспортировка

Форма проведения занятия – практическая работа.

Вопросы для обсуждения

1. Иммобилизация. Особенности.
2. Транспортировка пострадавших. Виды.
3. Оптимальное положение тела пострадавшего.

Задание

Заполнить таблицу «Состояния и мероприятия для оказания первой помощи», графы которой необходимо заполнить на основе полученного задания.

Изучить нормативный документ. Установить состояние для оказания первой помощи. Разработать перечень мероприятий для оказания первой помощи пострадавшему

Методические указания по проведению занятия

1. Изучить нормативный документ.
2. Установить состояние для оказания первой помощи.
3. Разработать перечень мероприятий для оказания первой помощи пострадавшему и заполнить таблицу бланка выполнения задания 2.

Методические материалы к занятию

Перечень мероприятий по оказанию первой помощи

1. Мероприятия по оценке обстановки и обеспечению безопасных условий для оказания первой помощи:

- определение угрожающих факторов для собственной жизни и здоровья;
- определение угрожающих факторов для жизни и здоровья пострадавшего;
- устранение угрожающих факторов для жизни и здоровья;
- прекращение действия повреждающих факторов на пострадавшего;
- оценка количества пострадавших;
- извлечение пострадавшего из транспортного средства или других труднодоступных мест;
- перемещение пострадавшего.

2. Вызов скорой медицинской помощи, других специальных служб, сотрудники которых обязаны оказывать первую помощь в соответствии с федеральным законом или со специальным правилом.

3. Определение наличия сознания у пострадавшего.

4. Мероприятия по восстановлению проходимости дыхательных путей и определению признаков жизни у пострадавшего:

- запрокидывание головы с подъемом подбородка;
- выдвигание нижней челюсти;
- определение наличия дыхания с помощью слуха, зрения и осязания;
- определение наличия кровообращения, проверка пульса на магистральных артериях.

5. Мероприятия по проведению сердечно-легочной реанимации до появления признаков жизни:

- давление руками на грудину пострадавшего;
- искусственное дыхание «рот ко рту»;
- искусственное дыхание «рот к носу»;
- искусственное дыхание с использованием устройства для искусственного дыхания в соответствии с утвержденными требованиями к комплектации медицинскими изделиями аптек (укладок, наборов, комплектов) для оказания первой помощи (в ред. Приказа Минздрава России от 07.11.2012 № 586н).

6. Мероприятия по поддержанию проходимости дыхательных путей:

- придание устойчивого бокового положения;
- запрокидывание головы с подъемом подбородка;
- выдвижение нижней челюсти.

7. Мероприятия по обзорному осмотру пострадавшего и временной остановке наружного кровотечения:

- обзорный осмотр пострадавшего на наличие кровотечений;
- пальцевое прижатие артерии;
- наложение жгута;
- максимальное сгибание конечности в суставе;
- прямое давление на рану;
- наложение давящей повязки.

На рис. 2–4 представлены примеры иммобилизации пострадавших с различными видами повреждений. Примеры транспортировки пострадавших приведены на рис. 5–10.

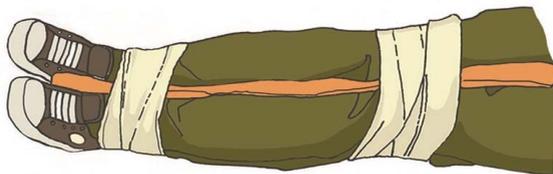


Рис. 2. Иммобилизация при травмах нижних конечностей [5]



Рис. 3. Иммобилизация при травмах верхних конечностей [5]



Рис. 4. Иммобилизация при травмах позвоночника [5]



Рис. 5. Перемещение пострадавшего в одиночку с поддержкой [5]



Рис. 6. Перемещение пострадавшего в одиночку волоком [5]



Рис. 7. Переноска пострадавшего в одиночку на спине [5]



Рис. 8. Переноска пострадавшего на руках [5]



Рис. 9. Переноска пострадавшего в одиночку на плече [5]



Рис. 10. Переноска пострадавшего вдвоем на замке из трех рук с поддержкой под спину [5]

Бланк выполнения задания 2

Ситуации для оказания первой помощи	Состояние для оказания первой помощи	Перечень мероприятий для оказания первой помощи
Во время игры в волейбол мужчина упал и подвернул ногу, после чего предъявляет жалобы на сильную боль и ограниченную подвижность ноги		
На автобусной остановке женщина побледнела и упала. Она без сознания, кожные покровы бледные, с сероватым оттенком, зрачки широкие, на свет не реагируют. Пульсация на сонной артерии отсутствует		
После ДТП у мужчины наблюдается излитие крови из поврежденного кровеносного сосуда на правой руке		

Рекомендуемая литература

Приказ Министерства здравоохранения и социального развития от 4 мая 2012 г. № 477н.

Тема 3. ПРИНЦИПЫ И МЕТОДЫ РЕАНИМАЦИИ. ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ОСТАНОВКЕ ДЫХАНИЯ И КРОВООБРАЩЕНИЯ

Цель – изучение принципов и методов проведения реанимационных мероприятий. Изучение приемов оказания первой помощи при остановке дыхания и кровообращения.

Задачи

1. Изучить рекомендуемый нормативный документ.
2. Получить знания по вопросам принципов и методов проведения реанимационных мероприятий.
3. Изучить приемы оказания первой помощи при остановке дыхания и кровообращения.

Нормативная правовая база

Приказ Министерства здравоохранения и социального развития от 4 мая 2012 г. № 477н.

При освоении темы необходимо:

- изучить лекционный учебный материал и рекомендуемые нормативные правовые источники;
- выполнить задания и оформить отчеты по практическому занятию 3;
- предоставить и защитить (для студентов очной формы обучения) отчеты о выполненной работе преподавателю.

Краткие сведения по теме

Для жизнедеятельности человека необходимо постоянное поступление кислорода в клетки и ткани организма. Легкие забирают из воздуха кислород для того, чтобы с током крови разнести его по всему организму. В атмосферу возвращается углекислый газ. Если произойдет остановка дыхания, то сердце, продолжая работать, будет перегонять по кровеносным сосудам кровь, но уже обедненную кислородом. Через несколько минут содержание кислорода в крови будет настолько низким, что головной мозг начнет постепенно приостанавливать свою работу. Процессы нервной деятельности начнут угасать. После чего произойдет остановка сердца. И тогда мы можем говорить о наступлении смерти.

Практическое занятие 3

Первая помощь при остановке дыхания и кровообращения

Форма проведения занятия – практическая работа.

Вопросы для обсуждения

1. Признаки жизни.
2. Потеря сознания.
3. Последовательность действий при потере сознания.

Задания

Ситуационное задание 1. Пострадавший И. потерял сознание и упал на пол. Дыхание не определяется, пульсация на сонной артерии сохранена. Оцените состояние пострадавшего. Определите правила и последовательность действий.

Ситуационное задание 2. Пострадавший В. схватился за сердце и в следующую минуту потерял сознание. Оцените состояние пострадавшего. Определите правила и последовательность действий.

Ситуационное задание 3. Пострадавший К. находится в бессознательном состоянии, не подает признаков жизни. Оцените состояние пострадавшего. Определите правила и последовательность действий.

Методические указания по проведению занятия

1. Ознакомиться с нормативной документацией.
2. Решить предложенные ситуационные задания.
3. Заполнить таблицу «Оценка состояния пострадавшего. Правила и последовательность действий» бланка выполнения задания 3.

Методические материалы к занятию

«К основным показателям состояния пострадавшего относятся: наличие или отсутствие сознания, дыхания и кровообращения. Для оценки сознания пострадавшего необходимо взять его за плечи, аккуратно встряхнуть и громко спросить: «Что с Вами? Помощь нужна?». При наличии сознания пострадавший сможет сам ответить на эти вопросы. Если пострадавший находится в сознании,

следует перейти к его осмотру на наличие травм. В случае отсутствия признаков сознания у пострадавшего необходимо проверить у него наличие дыхания.

Для проверки дыхания следует открыть дыхательные пути запрокидыванием головы и подъемом подбородка. Для этого ладонь одной руки кладут на лоб пострадавшего, двумя пальцами другой руки поднимают подбородок, запрокидывая голову назад и выдвигая нижнюю челюсть вперед и вверх. После чего необходимо наклониться ко рту и носу пострадавшего и в течение 10 секунд попытаться услышать нормальное дыхание, почувствовать выдыхаемый воздух щекой, увидеть движение грудной клетки. На рис. 8 показаны действия для определения дыхания. При наличии дыхания участник оказания первой помощи услышит нормальные вдохи-выдохи пострадавшего, почувствует выдыхаемый воздух на своей щеке, увидит дыхательные движения грудной клетки.

Для оценки кровообращения возможно определение пульса на сонной артерии. Определять пульс следует подушечками 4 (четырёх) пальцев руки не более 10 секунд [8], как это показано на рис. 9. Наиболее информативны в диагностике: прекращение кровообращения, отсутствие пульсации крупных сосудов, а именно отсутствие пульса на сонной артерии, а также наличие широких зрачков, не реагирующих на свет. На практике первоочередным и важным является определение пульса на шее! На рис. 11 и 12 приведены примеры проверки наличия сознания и дыхания у пострадавшего.



Рис. 11. Проверка наличия сознания у пострадавшего [5]



Рис. 12. Проверка наличия дыхания у пострадавшего [5]

Бланк выполнения задания 3

Номер ситуационного задания	Решение ситуационного задания
1	
2	
3	

Рекомендуемая литература

Приказ Министерства здравоохранения и социального развития от 4 мая 2012 г. № 477н.

Практическое занятие 4

Принципы реанимации

Форма проведения занятия – практическая работа.

Вопросы для обсуждения

1. Остановка дыхания.
2. Остановка кровообращения. Признаки остановки.

Задание

Составить алгоритм действий при остановке дыхания и кровообращения.

Методические указания по проведению занятия

1. Ознакомиться с нормативной документацией.
2. Определить алгоритм действий при остановке дыхания и кровообращения.
3. Заполнить бланк выполнения задания 4.

Методические материалы к занятию

Состояние, при котором человек не дышит, называется остановкой дыхания. В случае остановки дыхания сердце может продолжать работать. Для восстановления дыхания у пострадавшего применяют искусственное дыхание или искусственную вентиляцию легких. Дальше детально обсудим данный способ реанимации. Состояние, при котором прекращается сердечная деятельность, принято называть остановкой сердца. При остановке сердца всегда наблюдается остановка дыхания. Для восстановления сердечной деятельности используют закрытый или непрямой массаж сердца.

Первая помощь, которая проводится тотчас же после остановки сердца, называется сердечно-легочной реанимацией. При этом человека, выполняющего сердечно-легочную реанимацию, мы можем назвать реаниматором. В целом реанимация – это комплекс лечебных мероприятий, направленный на оживление или восстановление жизненно важных функций у пострадавших, находящихся в состоянии клинической смерти. Особенности проведения сердечно-легочной реанимации приведены на рис. 13 и 14.



Рис. 13. Проведение сердечно-легочной реанимации.
Положение рук на груди пострадавшего [5]

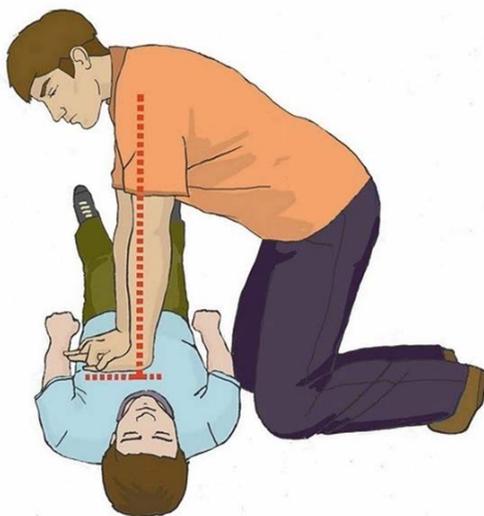


Рис. 14. Проведение сердечно-легочной реанимации.
Давление руками на грудь пострадавшего [5]

Бланк выполнения задания 4

Состояние по оказанию первой помощи	Алгоритм действий (последовательность мероприятий по оказанию первой помощи)
Отсутствие кровообращения у пострадавшего	
Отсутствие дыхания и кровообращения у пострадавшего	

Рекомендуемая литература

Приказ Министерства здравоохранения и социального развития от 4 мая 2012 г. № 477н (приложение № 2).

Тема 4. ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ НАРУШЕНИЯХ ПРОХОДИМОСТИ ВЕРХНИХ ДЫХАТЕЛЬНЫХ ПУТЕЙ

Цель — изучить вопросы оказания первой помощи при нарушениях проходимости верхних дыхательных путей.

Задачи

1. Изучить рекомендуемый нормативный документ.
2. Освоить приемы и методы оказания первой помощи при нарушениях проходимости верхних дыхательных путей у взрослых.
3. Изучить особенности оказания первой помощи при нарушениях проходимости верхних дыхательных путей у детей.

Нормативная правовая база

Приказ Министерства здравоохранения и социального развития от 4 мая 2012 г. № 477н (приложение № 2).

При освоении темы необходимо:

- изучить лекционный учебный материал и рекомендуемые нормативные правовые источники;
- выполнить задания и оформить отчеты по практическому занятию 6;
- предоставить и защитить (для студентов очной формы обучения) отчеты о выполненной работе преподавателю.

Краткие сведения по теме

Переходим к рассмотрению темы об оказании первой помощи при нарушении проходимости верхних дыхательных путей. Такое состояние называется механической асфиксией. При этом возникает обструкция дыхательных путей. «Обструкция дыхательных путей — это попадание инородного тела в дыхательные пути. Инородное тело препятствует дыханию и способно вызвать смерть от удушья или асфиксии.

Обструкцию дыхательных путей делят на частичную и полную.

Обструкция дыхательных путей является одним из наиболее частых бытовых несчастных случаев. Эта причина внезапной смерти часто может быть излечима, так как смертельными являются менее 1 % этих происшествий. Самая распространенная причина асфик-

сии у взрослых – это обструкция дыхательных путей, вызванная такой пищей, как рыба, мясо или птица. У младенцев и детей половина случаев асфиксии происходит во время еды, главным образом при употреблении кондитерских изделий. Остальные случаи асфиксии происходят с непищевыми предметами, такими как монеты или игрушки. Поскольку большинство случаев асфиксии происходит во время еды, обычно имеются очевидцы, и первая помощь может быть оказана быстро и успешно, пока пострадавший еще в сознании. Для этого важно быстро распознать признаки попадания инородного тела в дыхательные пути и диагностировать частичную или полную их обструкцию» [12].

Практическое занятие 5

Ситуационное задание по оказанию первой помощи 1

Форма проведения занятия – практическая работа.

Вопросы для обсуждения

1. Нарушение проходимости верхних дыхательных путей. Опасность данного состояния.
2. Особенности оказания первой помощи при нарушении проходимости верхних дыхательных путей у детей.

Задание

Составить алгоритм действий при нарушении проходимости верхних дыхательных путей.

Методические указания по проведению занятия

1. Изучить материал по оказанию первой помощи при нарушении проходимости верхних дыхательных путей.
2. Составить последовательность действий (алгоритм) на основе требований приказа Министерства здравоохранения и социального развития от 4 мая 2012 г. № 477н (приложение № 2).
3. Заполнить бланк выполнения задания 5.

Методические материалы к занятию

При частичной обструкции дыхательных путей пострадавший еще может откашлять инородное тело. Хотя дыхание его становится сильным или хриплым. Нужно поощрять пострадавшего самостоятельно и сильно кашлять.

Если у пострадавшего наблюдаются слабый кашель с шумными попытками вдоха в паузах между кашлевыми толчками, бледность кожи, синеватый или сероватый оттенок губ или ногтей, то следует действовать как при полной обструкции дыхательных путей.

При полной обструкции дыхательных путей пострадавший не может говорить, дышать или кашлять. Он хватается руками за шею, у него наблюдается явно выраженное двигательное возбуждение. Для удаления твердого тела лучше всего провести прием Геймлиха. При этом следует плотно обхватить туловище пострадавшего обеими руками под реберной дугой и осуществить резкое сдавление ниже грудины, в области солнечного сплетения. Оказание первой помощи представлено на рис. 15 и 16.



Рис. 15. Частичное нарушение проходимости верхних дыхательных путей [5]



Рис. 16. Удаление инородного тела при полном нарушении верхних дыхательных путей [5]



Рис. 17. Применение приема Геймлиха [5]

Бланк выполнения задания 5

Состояние для оказания первой помощи	Алгоритм оказания первой помощи (перечень мероприятий для оказания первой помощи)
Нарушение проходимости верхних дыхательных путей у взрослого	
Нарушение проходимости верхних дыхательных путей у ребенка, возраст которого 1 год	

Рекомендуемая литература

Приказ Министерства здравоохранения и социального развития от 4 мая 2012 г. № 477н.

Тема 5. ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ РАНЕНИЯХ

Цель – изучить вопросы оказания первой помощи при ранениях.

Задачи

1. Изучить рекомендуемый нормативный документ.
2. Проработать вопросы оказания первой помощи при ранениях.

Нормативная правовая база

Приказ Министерства здравоохранения и социального развития от 4 мая 2012 г. № 477н (приложение № 2).

При освоении темы необходимо:

- изучить лекционный учебный материал и рекомендуемые нормативные правовые источники;
- выполнить задания и оформить отчеты по практическому занятию 7;
- предоставить и защитить (для студентов очной формы обучения) отчеты о выполненной работе преподавателю.

Краткие сведения по теме

Раной называется повреждение, характеризующееся нарушением целостности кожных покровов, слизистых оболочек. Иногда рана сопровождается повреждением более глубоких тканей. Рана – это результат механического повреждения тканей.

Рану характеризуют следующие признаки:

- болевые ощущения;
- кровотечение;
- зияние краев раны, то есть расхождение ее краев;
- нарушение функции поврежденного органа.

Рассмотрим классификацию ран. По характеру повреждений раны могут быть: огнестрельными, резаными, рублеными, колотыми, ушибленными, размозженными, рваными, скальпированными. Раны могут образовываться от укусов животных, насекомых. «Огнестрельные раны возникают в результате пулевого или осколочного ранения. Они могут быть сквозными, слепыми и касательными. Сквозные раны имеют входное и выходное раневые отверстия. Слепые раны называются в том случае, когда пуля или

осколок застревают в тканях. При касательных ранах пуля или осколок, пролетая по касательной, повреждают кожу и мягкие ткани, не застревая в них» [9].

Практическое занятие 6

Первая помощь при травмах и ранениях

Форма проведения занятия – практическая работа.

Вопросы для обсуждения

1. Понятие травмы.
2. Виды травм.
3. Общие правила оказания первой помощи при травмах.

Задания

Ситуационное задание 1. Пострадавший П. получил ранение грудной клетки. При внешнем осмотре на передней части грудной клетки обнаружена открытая рана, наблюдается затрудненное дыхание, сознание спутанное, пульсация на сонной артерии определяется. Оцените состояние пострадавшего. Определите способ иммобилизации и транспортировки пострадавшего.

Ситуационное задание 2. Пострадавший Б. обнаружен в бессознательном состоянии с открытым ранением передней брюшной стенки. Дыхание определяется, пульсация на сонной артерии сохранена. Оцените состояние пострадавшего. Определите способ его транспортировки.

Ситуационное задание 3. Пострадавший Л. выпал с девятого этажа многоэтажного дома, схватился за сердце и в следующую минуту потерял сознание. Оцените состояние пострадавшего. Определите способ иммобилизации и транспортировки пострадавшего.

Методические указания по проведению занятия

1. Ознакомиться с нормативной документацией.
2. Решить предложенные ситуационные задания.
3. Заполнить таблицу бланка выполнения задания б.

Методические материалы к занятию

Отсутствие сердцебиения, пульса, дыхания и реакции зрачков на свет не свидетельствует о том, что пострадавший мертв. Подобный комплекс симптомов может наблюдаться и при клинической смерти. Клиническая смерть – это кратковременная переходная стадия между жизнью и смертью, продолжительность которой 3–5 (три-пять) минут. Это состояние организма после прекращения самостоятельного дыхания и кровообращения. В течение указанного времени клетки коры головного мозга еще способны полностью восстановить свою функцию. «Клиническая смерть характеризуется прекращением дыхания и остановкой сердца. В этот период еще не развиваются необратимые изменения в организме. Различные органы умирают с различной скоростью. Чем выше уровень организации ткани, тем она более чувствительна к недостатку кислорода и тем быстрее эта ткань отмирает.

Самая высокоорганизованная ткань человеческого организма – кора больших полушарий головного мозга – умирает максимально быстро, через 4–6 минут. Период, пока жива кора больших полушарий, называется клинической смертью. В этот период времени еще возможно восстановление функции нервных клеток и центральной нервной системы. При обнаружении признаков клинической смерти необходимо немедленно приступить к реанимационным мероприятиям» [13]. Рис. 18–20 иллюстрируют оказание первой помощи при различных травмах.



Рис. 18. Положение пострадавшего при переломах и ушибах рёбер [5]

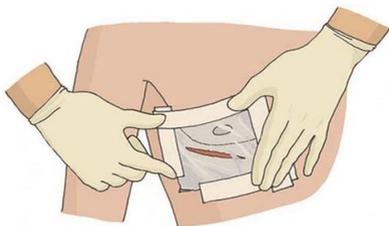


Рис. 19. Герметизация раны при ранениях груди [5]



Рис. 20. Оказание помощи при травмах таза [5]

Бланк выполнения задания 6

Номер ситуационного задания	Решение ситуационного задания
1	
2	
3	

Рекомендуемая литература

Приказ Министерства здравоохранения и социального развития от 4 мая 2012 г. № 477н.

Практическое занятие 7

Ситуационное задание по оказанию первой помощи 2

Форма проведения занятия – практическая работа.

Вопросы для обсуждения

1. Кровотечения. Виды кровотечений.
2. Способы временной остановки кровотечения.

Задание

Составить алгоритм действий при различных видах наружного кровотечения.

Методические указания по проведению занятия

1. Изучить материал по оказанию первой помощи при наружном кровотечении.
2. Составить последовательность действий (алгоритм) оказания первой помощи при различных видах наружного кровотечения на основе требований приказа Министерства здравоохранения и социального развития от 4 мая 2012 г. № 477н (приложение № 2).
3. Заполнить бланк выполнения задания 7.

Методические материалы к занятию

Кровотечения являются наиболее опасным осложнением любой раны, поскольку угрожают жизни пострадавшего. Кровотечение – это истечение крови из кровеносных сосудов при нарушении целостности их стенок. Оно может быть первичным, если возникает сразу же после повреждения сосудов. Может быть и вторичным, если появляется спустя некоторое время. В зависимости от характера поврежденных сосудов различают артериальные, венозные, капиллярные и паренхиматозные кровотечения.

«Наиболее опасно артериальное кровотечение, при котором за короткий срок из организма может излиться значительное количество крови. Признаками артериального кровотечения являются алая окраска крови, ее вытекание пульсирующей струей. Венозное кровотечение, в отличие от артериального кровотечения, характеризуется непрерывным вытеканием крови» [9]. Венозная кровь тем-

ная, вишневого цвета, не пульсирует в ране, а стекает с ее краев. При этом виде кровотечения фонтанирующей струи не бывает.

«Капиллярное кровотечение возникает при повреждении мелких сосудов кожи, подкожной клетчатки и мышц. При капиллярном кровотечении кровоточит вся поверхность раны» [9]. Примеры наложения повязок приведены на рис. 21 и 22.

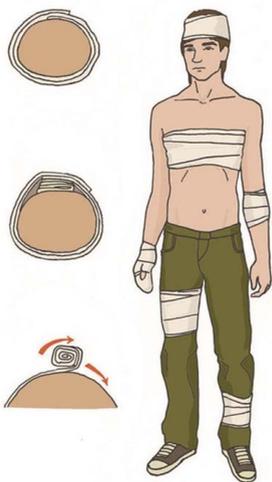


Рис. 21. Наложение давящих повязок для остановки кровотечения [5]



Рис. 22. Наложение жгута на верхнюю конечность [5]

Бланк выполнения задания 7

Состояние для оказания первой помощи	Способ временной остановки кровотечения	Алгоритм оказания первой помощи
Артериальное кровотечение		
Венозное кровотечение		
Смешанное наружное кровотечение		
Носовое кровотечение		

Рекомендуемая литература

Приказ Министерства здравоохранения и социального развития от 4 мая 2012 г. № 477н.

Тема 6. ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ТРАВМАХ, ОЖОГАХ, ОТМОРОЖЕНИЯХ И ОТРАВЛЕНИЯХ

Цель – изучить вопросы оказания первой помощи при травмах, ожогах, отморожениях и отравлениях.

Задачи

1. Изучить рекомендуемый нормативный документ.
2. Проработать вопросы оказания первой помощи при травмах.
3. Изучить вопросы оказания первой помощи при ожогах и отморожениях.

Нормативная правовая база

Приказ Министерства здравоохранения и социального развития от 4 мая 2012 г. № 477н (приложение № 2).

При освоении темы необходимо изучить лекционный учебный материал и рекомендуемые нормативные правовые источники.

Краткие сведения по теме

«Поражение холодом может сопровождаться преимущественно местным повреждением тканей – отморожением или общим охлаждением организма – замерзанием. В развитии отморожения различают два периода. Первый период скрытый – период гипотермии. Второй период – реактивный, наступающий после согревания и восстановления нормальной температуры тканей и организма.

Основными проявлениями скрытого периода при типичных отморожениях являются покраснение кожи и боли, которые сменяются побледнением и охлаждением кожного покрова, понижением и даже утратой чувствительности пораженных участков. При отморожении типа «траншейной стопы» в результате длительного воздействия неинтенсивного, но влажного холода в скрытом периоде главными признаками являются упорные и нарастающие боли в стопах, отек и мраморноцианотичная окраска кожи.

Выделяют 4 степени отморожения:

I степень – расстройства кровообращения кожи и иннервации, но без последующего развития некроза. Кожа в местах поражения становится отечной, гиперемированной, с цианотичной или мрам-

морной окраской покровов. В отmorоженных тканях появляются зуд, боль и покалывание;

II степень – частичная гибель кожи до ее росткового слоя, появление пузырей, наполненных прозрачным или желтовато-крово-нистым желеобразным содержимым. Дно таких пузырей сохраняет чувствительность к уколам или прикосновению;

III степень – омертвление всей толщи кожного покрова, под-кожной клетчатки и мягких тканей. Пораженные участки кожи по-крыты, как и при отmorожении II степени, пузырями, но с темным геморрагическим содержимым, а дно пузырей теряет чувствитель-ность к болевым раздражениям и не кровоточит при уколах;

IV степень – омертвление всей толщи мягких тканей и кости. Клинические признаки такие же, как и при отmorожении II степе-ни, но обычно площадь поражения больше.

Клинические проявления отmorожения развиваются постепен-но, иногда в течение нескольких дней» [10].

Практическое занятие 8

Ситуационное задание по оказанию первой помощи 3

Форма проведения занятия – практическая работа.

Вопросы для обсуждения

1. Действия при ожогах.
2. Действия при отmorожениях.
3. Действия при отравлениях.

Задание

Составить алгоритм действий при ожогах, отmorожениях и от-равлениях с перечислением необходимых мероприятий по оказа-нию первой помощи.

Методические указания по проведению занятия

1. Изучить материал по оказанию первой помощи при ожогах, отморожениях и отравлениях.
2. Выбрать мероприятия по оказанию первой помощи (алгоритм) на основе требований приказа Министерства здравоохранения и социального развития от 4 мая 2012 г. № 477н (приложение № 2).
3. Заполнить бланк выполнения задания 8.

Методические материалы к занятию

«Термическими ожогами называют повреждения тканей, вызванные воздействием термического или лучевого фактора и сопровождающиеся местными и общими проявлениями. Тяжесть и прогноз ожогов зависят от глубины и площади поражения. Для определения глубины ожога пользуются четырехступенной классификацией.

Поражения I степени характеризуются покраснением и отеком кожи. Для них характерны жгучие боли от воздействия температурного фактора на нервные окончания. Выздоровление наступает быстро и заканчивается обновлением верхнего эпителиального слоя. Иногда остается пигментация обожженных участков.

При ожоге II степени на коже появляются пузыри с прозрачной жидкостью желтоватого цвета. При ожоге более пятнадцати процентов поверхности тела возможен шок. Неосложненные формы ожогов заживают через восемь – четырнадцать дней путем эпителизации обожженной поверхности без образования рубца. При загноении содержимого пузырей процесс заживления затягивается.

Поражения III степени, как правило, заживают с предшествующим нагноением ожоговой раны. Сохраняются также выводные протоки сальных, потовых и волосяных мешочков. После отторжения некротических тканей образуется гранулирующая поверхность.

Для IV степени ожога характерно полное омертвление всей кожи и подлежащих тканей, а именно мышц, костей. Нередко наблюдается обугливание. Заживает такой ожог после нагноения и отторжения омертвевших участков. Иногда требуется даже ампутация конечности» [11].

Переохлаждение – расстройство функций организма в результате понижения температуры тела под действием холода.

«Отморожение – местное повреждение тканей, вызванное воздействием низкой температуры. Признаки отморожения – потеря чувствительности кожи, появление на ней белых безболезненных участков. Чаще всего развивается отморожение открытых участков кожи (уши, нос, щеки, кисти рук) или конечностей с нарушенным кровообращением (например, пальцев ног в тесной, неутепленной, влажной обуви)» [5].

На рис. 23 приведен пример использования изотермического покрывала при отморожениях.



Рис. 23. Применение изотермического покрывала [5]

Бланк выполнения задания 8

Состояние для оказания первой помощи	Мероприятия по оказанию первой помощи (алгоритм)
Ожог I степени	
Отморожение	
Отравление пищевыми продуктами	
Отравление ядовитыми газами	

Рекомендуемая литература

Приказ Министерства здравоохранения и социального развития от 4 мая 2012 г. № 477н.

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ

При освоении дисциплины студентам необходимо самостоятельно изучить и отчитаться преподавателю при защите отчетов по практическим заданиям (для студентов очной формы обучения) по вопросам:

1. Первая помощь. Особенности оказания. Принципы оказания первой помощи пострадавшим в экстренных ситуациях.
2. Табельные и подручные средства оказания первой помощи пострадавшим в экстренных ситуациях.
3. Анатомо-физиологические особенности строения опорно-двигательной системы человека.
4. Анатомо-физиологические особенности строения сердечно-сосудистой системы человека.
5. Анатомо-физиологическое строение дыхательной системы.
6. Анатомо-физиологические особенности строения нервной системы.
7. Анатомо-физиологические особенности строения пищеварительной системы.
8. Перечислите состояния для оказания первой помощи.
9. Виды наказаний для лиц, оставивших кого-либо в опасности.
10. Мероприятия по проведению сердечно-легочной реанимации до появления признаков жизни.
11. Мероприятия по обзорному осмотру пострадавшего и временной остановке наружного кровотечения.
12. Иммобилизация. Особенности проведения иммобилизации при различных видах повреждений.
13. Психологическая помощь пострадавшим в экстренных ситуациях. Эмоциональная поддержка пострадавших.
14. Правила и последовательность осмотра пострадавшего в экстренных ситуациях.
15. Биологическая смерть, признаки биологической смерти. Клиническая смерть.
16. Перечислите общие принципы оказания первой помощи пострадавшим в экстренных ситуациях.

17. Травмы позвоночника. Особенности оказания помощи при таких травмах.
18. Техника перекладывания пострадавшего на носилки. Транспортировка с помощью носилок.
19. Виды транспортных шин. Применение шин при различных травмах.
20. Реанимационные мероприятия или сердечно-легочная реанимация. Причины проведения.
21. Техника проведения искусственной вентиляции легких способом «рот – устройство – рот».
22. Признаки остановки кровообращения. Оказание первой помощи пострадавшим в экстренных ситуациях при остановке кровообращения.
23. Непрямой массаж сердца. Причины проведения. Техника выполнения непрямого массажа сердца.
24. Типичные ошибки при проведении непрямого массажа сердца.
25. Осложнения, возникающие в результате сердечно-легочной реанимации.
26. Первая помощь при нарушении проходимости верхних дыхательных путей.
27. Особенности применения приема Геймлиха у детей.
28. Алгоритм оказания первой помощи при попадании инородных тел в верхние дыхательные пути.
29. Процесс оказания первой помощи пострадавшим в экстренных ситуациях при кровотечениях – артериальном, венозном, капиллярном.
30. Артериальное кровотечение. Признаки артериального кровотечения. Способы остановки кровотечения.
31. Венозное кровотечение. Признаки венозного кровотечения. Способы остановки кровотечения.
32. Капиллярное кровотечение. Признаки капиллярного кровотечения. Способы остановки кровотечения.
33. Способы временной остановки кровотечения у пострадавших в экстренных ситуациях.
34. Кровотечение из ран конечностей. Остановка кровотечения из ран конечностей.

35. Временная остановка наружного венозного и капиллярного кровотечения.
36. Алгоритм противошоковых мероприятий при острой кровопотере.
37. Задачи противошоковых мероприятий пострадавшим в экстренных ситуациях.
38. Гемостатическая губка. Назначение. Особенности применения.
39. Оказание первой помощи при носовом кровотечении.
40. Рана. Характерные признаки раны. Классификация ран.
41. Осложнения после ранения. Классификация осложнений после ранения.
42. Основные принципы оказания первой помощи при ранениях.
43. Техника и принципы наложения повязок различного типа.
44. Спиралевидная повязка. Назначение спиралевидной повязки.
45. Косыночные повязки. Назначение косыночных повязок.
46. Повязки на голову «шапочка Гиппократ», «чепец».
47. Бинтовые повязки головы и шеи.
48. Повязка на один глаз. Повязка на оба глаза.
49. Бинтовые повязки грудной клетки и живота.
50. Бинтовые повязки верхней и нижней конечностей.
51. Инфекционные заболевания, передающиеся с кровью. Профилактика инфекционных заболеваний, передающихся с кровью, при наложении повязок.
52. Виды травм. Первая помощь при травмах.
53. Травмы опорно-двигательного аппарата. Особенности оказания первой помощи пострадавшим в экстренных ситуациях.
54. Первая помощь при закрытых переломах. Первая помощь при открытых переломах.
55. Алгоритм оказания первой помощи при переломах.
56. Основные правила иммобилизации при травмах.
57. Опасности, связанные с работой на высоте. Травмы при падении с высоты. Алгоритм оказания первой помощи при падении с высоты.
58. Оказание первой помощи при черепно-мозговых травмах.
59. Острая кровопотеря. Признаки. Алгоритм действий.

60. Электрический ток как один из видов опасностей среды обитания. Электротравма как результат воздействия тока на человека. Возможные последствия. Алгоритм оказания первой помощи пострадавшим в подобных экстренных ситуациях.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В настоящем пособии представлены методические указания по изучению дисциплины «Медицинская помощь в экстренных ситуациях» и методические материалы по выполнению практических занятий по дисциплине.

Данный курс знакомит обучающихся с вопросами оказания первой помощи в различных экстренных ситуациях. В рамках изучения данной дисциплины также рассматриваются вопросы проведения осмотра пострадавшего. Кроме того, обучающиеся изучают принципы и методы реанимации.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Маслова, Л. Ф. Первая помощь пострадавшим : учеб. пособие по курсу «Безопасность жизнедеятельности» / Л. Ф. Маслова. – Ставрополь : Ставропольский государственный аграрный университет, 2020. – 38 с. – URL: e.lanbook.com/book/245786 (дата обращения: 29.10.2023). – Режим доступа: по подписке.
2. Первая помощь пострадавшим в чрезвычайных ситуациях : учеб.-метод. пособие / В. В. Шилов, С. А. Васильев, И. А. Соболев, А. Д. Чернобровин ; Северо-западный государственный медицинский университет имени И. И. Мечникова. – Санкт-Петербург : Издательство СЗГМУ им. И. И. Мечникова, 2020. – 79 с. – URL: e.lanbook.com/book/242570 (дата обращения: 29.10.2023). – Режим доступа: по подписке.
3. Николаева, Е. П. Первая помощь пострадавшим при дорожно-транспортных происшествиях : учеб. пособие / Е. П. Николаева, Ю. А. Напорко. – Минск : РИПО, 2023. – 78 с. – ISBN 978-985-895-088-0.
4. Зинченко, Т. В. Организация и оказание первой помощи пострадавшим при ЧС : учеб. пособие / Т. В. Зинченко. – Железногорск : Сибирская пожарно-спасательная академия ГПС МЧС России, 2022. – 132 с. – URL: e.lanbook.com/book/331427 (дата обращения: 29.10.2023). – Режим доступа: по подписке.
5. Первая помощь : учеб. пособие для лиц, обязанных и (или) имеющих право оказывать первую помощь / Л. И. Дежурный, Ю. С. Шойгу, С. А. Гуменюк [и др.] ; Министерство здравоохранения Российской Федерации. – Москва : ФГБУ «ЦНИИОИЗ» Минздрава России, 2018. – 67 с. – URL: last.mednet.ru/images/materials/umk/Ucha-n-L-small.pdf (дата обращения: 29.10.2023).
6. Российская Федерация. Законы. Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации : Федеральный закон № 323-ФЗ : (с изменениями на 24 июля 2023 года) : принят Государственной Думой 1 ноября 2011 года : одобрен Советом Федерации 9 ноября 2011 года // Электронный фонд правовых и нормативно-технических документов : [сайт] / АО «Кодекс». – URL: docs.cntd.ru/document/902312609 (дата обращения: 29.10.2023).

7. Об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий по оказанию первой помощи : приказ Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 4 мая 2012 года № 477н : (с изменениями на 7 ноября 2012 года) // Электронный фонд правовых и нормативно-технических документов : [сайт] / АО «Кодекс». — URL: docs.cntd.ru/document/902347094 (дата обращения: 29.10.2023).
8. Учебник первой помощи // Всё о первой помощи : Партнерство профессионалов первой помощи : [сайт]. — URL: allfirstaid.ru/index.php?q=node/61/#1 (дата обращения: 01.12.2023).
9. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебное пособие для студентов среднего профессионального образования. В 2 частях. Часть 1 / Костромской государственной университет ; сост.: Е. В. Кривошеина, И. М. Шапкина ; под общ. ред. Г. К. Букалова. — Кострома : КГУ, 2017. — 99 с. — URL: elibrary.ru/item.asp?id=32598642 (дата обращения: 01.12.2023). — Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. — ISBN 978-5-8285-0863-1.
10. Тимофеева, С. С. Практическая работа № 8. Первая помощь при отморожениях и замерзании / С. С. Тимофеева, Г. И. Васильева // Оказание первой помощи пострадавшим на производстве : практические работы / С. С. Тимофеева, Г. И. Васильева ; Иркутский государственный технический университет. — Иркутск, 2005. — URL: studfile.net/preview/4292745/ (дата обращения: 01.12.2023).
11. Тимофеева, С. С. Практическая работа 6. Первая помощь при термических ожогах / С. С. Тимофеева, Г. И. Васильева // Оказание первой помощи пострадавшим на производстве : практические работы / С. С. Тимофеева, Г. И. Васильева ; Иркутский государственный технический университет. — Иркутск, 2005. — URL: studfile.net/preview/4292749/ (дата обращения: 01.12.2023).
12. Борисенко, Л. В. Организация обучения приёмам оказания первой помощи : учеб. пособие для врачей / Л. В. Борисенко, И. А. Зубков, А. С. Старков. — Москва : Всероссийский центр медицины катастроф «Защита», 2017. — 116 с. — (Библиотека Всероссийской службы медицины катастроф). — URL: elibrary.ru/item.asp?id=29122396 (дата обращения: 01.12.2023). — Режим доступа: для зарегистрир. пользователей. — ISBN 978-5-93064-172-1.

13. Медицинская подготовка. Первая медицинская и доврачебная помощь // ЗАКОН-ГРИФ : Тульская городская общественная организация ветеранов спецназа : [сайт]. – URL: zakon-grif.ru/swat/articles/view/77.htm (дата обращения: 01.12.2023).

ГЛОССАРИЙ

Артерии — это сосуды, по которым кровь течет от сердца.

Биологическая смерть — необратимая гибель органов, тканей и клеток.

Вены — это сосуды, по которым кровь снова возвращается к сердцу.

Иммобилизация — это создание неподвижности поврежденной части тела с помощью подручных средств, готовых транспортных шин или используя здоровые части тела пострадавшего.

Клиническая смерть — это обратимый этап умирания, наступающий в момент прекращения сердечной и дыхательной деятельности.

Легкие — парный орган, состоящий из мельчайших пузырьков с воздухом, которые называются альвеолами.

Первая помощь — важнейшее условие сокращения числа смертельных или летальных исходов, эффективный путь предупреждения тяжелых последствий кровопотери, травматического шока, перехода его в необратимое состояние.

Реанимационные мероприятия или сердечно-легочная реанимация — это мероприятия по восстановлению и поддержанию жизни при внезапной смерти.

Сердечно-лёгочная реанимация — это комплекс мероприятий, направленных на восстановление функций организма в случае остановки кровообращения и/или дыхания.

Транспортировка пострадавшего — это способ безопасной (безболезненной, атравматичной, под наблюдением, с соблюдением правильного положения тела) эвакуации пострадавшего с места получения повреждения до очередного этапа эвакуации.

Ушиб — это закрытое повреждение тканей и органов без нарушения их структуры.