

Первая помощь до прихода врача



Дом кажется самым безопасным местом в мире. И все же многие случайные травмы чаще всего происходят именно там. О таких вещах родители предпочитают не думать – слишком невероятным они им кажутся. Но, тем не менее, опасность подстерегает кроху даже рядом с бдительной мамой и не всегда, к сожалению, она может её предупредить. Если неприятный случай всё – таки произошел, роковую роль иногда играют растерянность и испуг даже самых здравомыслящих родителей.

Итак, если с малышом что-то случилось, **правило первое**: немедленно вызвать «скорую помощь». Неважно, удалось ли вам самостоятельно справиться с ситуацией или нет, вызывайте бригаду медиков – ведь не всегда степень опасности для здоровья и последствия происшедшего реально оценить на глазок. Особенно важно всегда иметь возможность позвонить в «скорую», если вы находитесь с ребёнком на даче, вдалеке от крупного населенного пункта и рядом нет людей, способных вам помочь.

Правило второе: нужно взять себя в руки, перестать паниковать и, следуя нашим инструкциям попробовать помочь крохе ещё до прибытия специализированной медицинской помощи.

РЕБЕНОК НЕ ДЫШИТ

Некоторые новоиспечённые мамы беспокоятся понапрасну, бегая каждые полчаса проверять, дышит ли их кроха. Дыхание маленьких деток очень спокойное, и обычно тревоги рассеиваются, стоит только маме убедиться, что всё в порядке. Очень редко, но неприятные ситуации всё же случаются – например, приступ скрыто протекающей болезни или неожиданно проявившаяся аллергическая реакция.

Малыш может задохнуться, если ему на лицо попадает предмет, закрывающий рот и нос. Если неприятность всё же произошла, попытайтесь определить, дышит ли ребенок. Для этого:

- Уберите с личика мешающий предмет и возьмите ребёнка на руки;
- Уложите на ровную, твёрдую поверхность;
- Откройте ему рот и, приблизив ухо, постарайтесь уловить дыхания. Если малыш всё же не дышит, начинайте процедуру искусственного дыхания.

КРОХУ УДАРИЛО ТОКОМ

Оставлять розетки и шнуры от электроприборов в зоне досягаемости, конечно, беспечно. Даже многократно повторить строгое «нельзя», не стоит проверять, насколько послушен малыш. Никогда не оставляйте включенным в розетку адаптер мобильного телефона – взяв в рот свободный конец, ребёнок может получить ожог. Не оставляйте включенные электрические приборы (депилятор фен, блендер) рядом с раковиной или ванной.

Установите на каждую розетку надёжные крышки и смотайте слишком длинный шнур, закрепив его пластмассовым жгутиком. И всё же малыш каким-то образом добрался до розетки? Надо действовать!

- Исключите контакт ребёнка с электричеством, отключите его подачу рубильником. Не пытайтесь прикоснуться к малышу деревянной палкой или прутиком – дерево пропускает электрический ток высокого напряжения.
- Если у крохи начались судороги, не теряйте самообладания, как бы тяжело ни было это зрелище. Судороги невозможно остановить, и самое лучшее, предотвратить травму при падении.
- Проверьте, дышит ли малыш, не нарушено ли кровообращение. При необходимости до прибытия «скорой помощи» сделайте искусственное дыхание.

- Уложите малыша на пол, подложив под голову подушку. Расстегните тесную одежду и поверните ребёнка на левый бок.

Не пытайтесь накормить или напоить малыша, пока он полностью не придёт в себя и не сможет реагировать адекватно

РЕБЕНОК ЗАХЛЕБНУЛСЯ

Ванная туалет, надувной бассейн, аквариум или даже ведро с водой – потенциальная угроза для ребенка . Иногда хватает доли секунды, пока мама отвернулась, чтобы малыш оказался ниже уровня воды во время купания или игр в воде. Даже подобные объяснения и многократные предупреждения об опасности не остановят любопытного ребёнка. Поэтому старайтесь соблюдать нехитрые правила:

- Не оставляйте глубокую посуду с водой в зоне досягаемости крохи.
- Всегда тщательно закрывайте двери ванной комнаты и туалета и никогда не оставляйте малыша одного в ванне или бассейне даже на непродолжительное время;
- Используйте специальный коврик, который крепится на дно ванны – он обезопасит кроху от скольжения и неожиданного падения.

Что делать, если ребёнок всё же наглотался воды?

- Вытащите малыша из воды, проверьте, в сознании ли он. При подозрении на травму шеи или спины вытаскивать нужно очень осторожно.
- Если ребёнок кашляет, задыхается, его рвёт, успокойте его и укутайте в тёплое одеяло. Дождитесь приезда врача, потому что даже непродолжительное пребывание в воде может вызвать легочные осложнения.
- Если малыш находится без сознания, сразу, ещё до приезда врача, начинайте делать искусственное дыхание.
- Дыхание восстановилось, но кроха всё ещё без сознания? Положите его в такую позу, чтобы вода могла беспрепятственно вытечь изо рта и лёгких: поверните ребёнка лицом к себе, одну руку положите вдоль туловища и просуньте под него. Другую руку разместите на груди малыша; а ноги скрестите. Затем ближайšie от вас руку и ногу согните под прямым углом, а вторую руку освободите из-под бедра и положите вдоль туловища.

МАЛЫШ ПОДАВИЛСЯ

Малыш раннего возраста настоящий исследователь: его интересуют пуговицы, мелкие детали, косточки от ягод, шуршащая бумага. К тому же именно в этот период дают еду кусочками: хлеб, ломтик яблока или банана. Поперхнувшись кусочком пищи, либо случайным предметом, в большинстве случаев малыш справится сам. Но бывает, он пугается и не может ни кашлять, ни кричать, ни говорить, личико бледнеет.

В ожидание прибытия «скорой помощи» помогите малышу.

- Сядьте и положите его себе на руку лицом вниз на своё бедро. Голова должна быть ниже туловища. Ладонью придерживайте голову.
- Основанием ладони несколько раз сильно ударьте крохе между лопаток.
- Переверните и положите его к себе на бедро так, чтобы голова оказалось ниже грудной клетки.
- Поместите указательный и средний пальцы на грудь ребенка под сосками и сделайте четыре быстрых толчка. Серии из ударов и толчков необходимо делать до тех пор, пока предмет или кусочек пищи не выскочит.

Ребёнка старше года попросите кашлять как можно сильнее. И только если кашель слишком слабый или пропадает, приступайте к первой помощи.

- Встаньте сзади крохи и обхватите его руками на уровне пояса.
- Сожмите руку в кулак. Обхватите кулак другой рукой. Большой палец кулака прижмите к середине живота малыша чуть выше пупка (то есть значительно ниже грудины).
- Выставив локти вперёд, быстрыми резкими движениями надавливайте кулаком на живот ребёнка, направляя свои движения вглубь и вверх. Если малыш потерял сознание, до прибытия врача расстегните тесную одежду, не меняя положения ребёнка. Не пытайтесь подложить под голову подушку или поить малыша.

ТРАВМЫ УХА

-Инородное тело в ухе.

Попробуйте вытряхнуть инородное тело, повернув ребенка так, чтобы ухо было обращено к земле, и осторожно потряхивая ему голову. Если это не помогло, попробуйте следующие методы.

- Если в ухе насекомое, постарайтесь выманить его наружу с помощью света карманного фонарика.
- Если это металлический предмет, постарайтесь вытащить его с помощью магнита.
- Для извлечения пластмассового или деревянного предмета капните немного быстросохнущего клея (но не такого, который может присохнуть к коже) на выпрямленную скрепку для бумаги и прикоснитесь клеем к предмету, если он виден. Не вводите свой самодельный зонд глубоко в ухо. Подождите, пока клей застынет, а потом вытягивайте скрепку — можно надеяться, что вместе с ней выйдет приклеившееся к ней инородное тело. Не пытайтесь провести эту процедуру, если рядом нет никого, кто смог бы обеспечить неподвижность ребенка.

Если приведенные выше методы не помогут, не пытайтесь выковырнуть инородное тело пальцем или каким-нибудь инструментом. Доставьте ребенка к врачу или в травмопункт.

- Повреждения уха.

Если в ухо запихнули острый предмет или если у ребенка наблюдаются признаки травмы уха (кровотечение из ушного канала, внезапное ухудшение слуха, распушшая мочка)- обратитесь к врачу.

ТРАВМЫ ГЛАЗ

Важно. Не давите на поврежденный глаз, не прикасайтесь к нему пальцами, не применяйте никаких лекарств без рекомендации врача. Не давайте ребенку тереть глаз: глаз можно обезопасить, приложив к нему влажную салфетку или удерживая обе руки ребенка.

- Едкое вещество в глазу.

Немедленно и тщательно промойте глаз тепловатой водой (ее следует лить из кувшина, чашки или бутылки) в течение 15 минут, пальцами удерживая глаз в открытом состоянии.

Если затронут только один глаз, поворачивайте голову ребенка так, чтобы нетравмированный глаз находился выше поврежденного: так в него не попадет смываемое вещество.

Не применяйте мази или капли и не позволяйте ребенку тереть глаза. Позвоните врачу или в «Скорую помощь», чтобы получить дальнейшие инструкции.

- Инородное тело в глазу.

Если вы видите этот предмет (например, ресницу или песчинку), вымойте руки и с помощью влажной ватки осторожно попытайтесь извлечь его из глаза ребенка. Можно также попробовать смыть инородное тело, заливая в глаз струю теплой (температура тела) воды, пока кто-то, если это необходимо, удерживает ребенка. Если это не поможет, попробуйте на несколько секунд натянуть верхнее веко на нижнее.

Если после этих попыток вы по-прежнему видите инородное тело в глазу или ребенок по-прежнему испытывает дискомфорт, отправляйтесь к врачу или в травмопункт, потому что инородное тело может застрять и поцарапать глаз. Не пытайтесь самостоятельно извлечь застрявшее инородное тело. Накройте глаз стерильной марлевой подушечкой, свободно закрепленной с помощью пластыря, или несколькими чистыми бумажными носовыми платками, или чистым тканевым носовым платком, чтобы снизить дискомфорт по дороге.

- Повреждение глаза острым предметом.

Пока не приедет врач, держите ребенка в полулежачем положении. Если предмет остался в глазу, не пытайтесь его удалить. Прикройте глаз марлевой салфеткой, чистым полотенцем или косметической салфеткой. Не прикладывайте давления. В любом случае нужна экстренная медицинская помощь. Хотя такие травмы часто выглядят страшнее, чем они есть на самом деле, следует обращаться к офтальмологу всякий раз, когда глаз оцарапан, пусть даже слегка.

- Повреждение глаза тупым предметом.

Держите ребенка в положении лежа, лицом вверх. Накройте поврежденный глаз пузырем со льдом или холодным компрессом. Если образуется синяк, если ребенок плохо видит или постоянно трет глаз, а также если предмет ударил в глаз с большой силой, обратитесь к врачу.

ТРАВМЫ НОСА

- Инородное тело в носу.

Затрудненное носовое дыхание и/или неприятно пахнущие, иногда кровавые выделения из носа могут быть признаками того, что в носовой проход попало инородное тело. Успокойте ребенка и сделайте так, чтобы он дышал ртом.

Удалите инородное тело пальцами, если вы легко можете его ухватить, но не пользуйтесь зондом, пинцетом или чем-то иным, что может повредить нос, если ребенок неожиданно дернется, или протолкнуть инородное тело глубже.

Если вы не можете удалить инородное тело, энергично выдохните через нос и постарайтесь, чтобы ребенок попытался повторить ваши действия. Если это не поможет, отведите ребенка к врачу или в пункт неотложной помощи.

- Носовое кровотечение.

Держа ребенка в вертикальном положении или слегка наклонив вперед, осторожно зажмите ноздри большим и указательным пальцами на 5—10 минут. (ребенок автоматически перейдет на дыхание ртом.) Постарайтесь успокоить ребенка, потому что плач усилит кровотечение. Если кровотечение не проходит, попробуйте ввести в кровоточащую ноздрю ватный тампон и зажать ноздри еще на 10 минут и/или сделать холодный компресс. Если это не помогает и кровотечение продолжается, обратитесь к врачу, продолжая удерживать ребенка в вертикальном положении. В частых носовых кровотечениях, даже если они быстро останавливаются, следует сообщить врачу.

- Удар по носу.

Если имеется кровотечение, удерживайте ребенка в вертикальном положении с наклоном вперед, чтобы уменьшить проглатывание крови и риск ею подавиться. Используйте пузырь со льдом или холодный компресс, чтобы уменьшить опухание. Обратитесь к врачу, чтобы убедиться в отсутствии перелома.

ПОВРЕЖДЕНИЯ КОЖНОГО ПОКРОВА (порезы, занозы, ушибы, ссадины, синяки, царапины, проникающие ранения)

Важно. Заражение столбняком возможно в любом случае, когда повреждена кожа. Если у вашего ребенка появится открытая рана на коже, проверьте, действует ли еще прививка против столбняка. Также следите за признаками инфекции (опухание, местное повышение температуры, боль при прикосновении, покраснение области вокруг раны, выделение гноя из раны) и в случае их появления обратитесь к врачу.

- Глубокие порезы.

Постарайтесь остановить кровотечение: с помощью стерильной марлевой салфетки, чистой пеленки, гигиенической прокладки или чистого полотенца или, если понадобится, просто пальцами зажмите рану. Если возможно, одновременно поднимайте место раны выше уровня сердца. Если кровотечение не прошло за 15 минут, сделайте более плотную подушечку и снова зажмите рану (не бойтесь нанести повреждения слишком сильным давлением). Если понадобится, продолжайте зажимать рану до приезда «Скорой помощи» или пока вы не доставите ребенка к врачу или в пункт неотложной помощи. Если у ребенка имеются другие травмы, попытайтесь привязать или прибинтовать подушку к ране, чтобы можно было заняться другими повреждениями. Когда кровотечение прекратилось, рану можно закрыть неприлипающей стерильной повязкой, не слишком тугой, чтобы обеспечивалось нормальное кровообращение. Не используйте йод, зеленку или какой-либо другой антисептик, не посоветовавшись с врачом. При ранах, которые кажутся глубокими или продолжают кровоточить более получаса или края которых расходятся, ребенка следует отвезти к врачу (предварительно позвонив) или в пункт неотложной помощи.

- Занозы.

Промойте поврежденный участок чистой водой с мылом, а затем снимите боль с помощью пузыря со льдом. Если заноза целиком находится под кожей, попробуйте подцепить ее швейной иглой, предварительно простерилизованной спиртом или в пламени спички. Если один конец занозы ясно виден, попробуйте извлечь ее с помощью пинцета (также простерилизовав его спиртом или на огне). Не пытайтесь извлечь занозу ногтями — под ними может находиться грязь. Если занозу не удастся сразу извлечь, попробуйте в течение 1—2 дней погружать нужный участок тела в теплую мыльную воду: возможно, это поможет занозе выйти наружу. Если заноза не выходит или область вокруг нее инфицируется (что видно по покраснению, местному повышению температуры и опуханию), обратитесь к врачу. К врачу также

следует обращаться в тех случаях, когда заноза засела глубоко, а срок действия противостолбнячной прививки у ребенка закончился.

- Небольшие порезы.

Промойте область ранки чистой водой с мылом, а потом держите рану под струей воды, чтобы смыть грязь и инородные вещества. Заклейте стерильным неприлипающим пластырем. Повязка «бабочкой» не даст разойтись краям заживающего пореза. В случае порезов на лице ребенка проконсультируйтесь с врачом.

- Ушибы и синяки.

По возможности поощряйте спокойные игры, чтобы не нагружать поврежденную часть тела. В течение получаса применяйте холодные компрессы, пузырь со льдом или завернутый в ткань лед (не прикладывайте лед непосредственно к коже). Если кожа повреждена, ушиб следует обрабатывать так же, как порез. Немедленно обратитесь к врачу, если повреждение вызвано скручиванием или стало результатом попадания руки или ноги в спицы движущегося колеса. Синяки, которые появились без причины или совпали с повышением температуры, следует показать врачу.

- Царапины и ссадины.

При таких травмах (наиболее часто они появляются на коленях и локтях) верхний слой кожи стирается или сдирается, так что это место начинает болеть. При более глубоких царапинах обычно присутствует небольшое кровотечение. С помощью стерильного бинта или ваты (или чистой ткани) осторожно промойте рану мыльной водой, чтобы удалить грязь. Если ребенок энергично сопротивляется, попробуйте отмыть царапину в ванне. Если кровотечение не прекращается, прижмите рану. Покройте ранку стерильной неприлипающей повязкой. Большинство царапин заживает быстро.

- Проникающие ранения.

В течение 15 минут держите поврежденный участок в приятно теплой мыльной воде. Обратитесь к врачу или в травмопункт. Не извлекайте нанесшего рану предмета (например, ножа или палки) из раны: это может вызвать усиление кровотечения. При необходимости обложите поранивший предмет мягкой тканью, чтобы зафиксировать его. Старайтесь, чтобы ребенок оставался как можно более спокойным и неподвижным: лишние движения могут причинить ему вред.

Высокая температура: без паники

К высокой температуре тела надо относиться, как к помощнику, чье участие должно быть, с одной стороны, своевременным, с другой, кратковременным. Однако высокая температура, как правило, нас пугает.

На самом деле жар – это нормальная и даже желательная реакция организма на болезнь или травму, его стремление к самоизлечению.

Так он борется с вторжением бактерий, вирусов или вредных веществ.

Поэтому снижать температуру тела с помощью жаропонижающих лекарств нужно далеко не всегда. А по большому счету борьба с жаром заключается в первую очередь в лечении вызвавшей его болезни.

Температура 38-38,5°C - легкий жар; 38,6- 39,5° С - умеренный; выше 39,5°C - высокий. Температура выше 40,5-41°C является рубежом, за которым она уже представляет опасность для жизни. Впрочем, реакция организма на температуру индивидуальна. Для страдающих сердечно-сосудистыми заболеваниями, для людей с судорожной готовностью даже легкий жар может быть опасным.

Чего не следует делать при высокой температуре:

Организм борется с высокой температурой интенсивным потоотделением.

Пот, испаряясь с поверхности тела естественным путем, охлаждает организм и предохраняет его от перегрева. Поэтому не укутывайте ни [детей](#), ни взрослых в несколько слоев одеял – чрезмерное утепление мешает телу охлаждаться.

- Не нагревайте воздух. Температура в комнате не должна превышать 22°C - 24°C, но если и при ней больному жарко и он сбрасывает одеяло, это не страшно, главное, чтобы не было сквозняков.

- Обильное питье необходимо при высокой температуре, но лучше, если это будет не очень сладкий брусничный или клюквенный морс, а еще лучше - минеральная вода. Потому что при употреблении сладкого чая или молока с медом или малиновым вареньем вода выходит с потом, а глюкоза подкармливает колонии бактерий во внутренних органах, увеличивая риск осложнений на почки.

Что же делать?

Температуру 38-38,5°C надо «сбивать», если она не снижается в течение 3-5 дней.

1. Пейте больше, но напитки не должны быть горячими – лучше комнатной температуры.
2. Прикладывайте прохладные или даже холодные компрессы. Смочите хлопчатобумажные полотенца, отожмите их и положите на лоб, шею, запястья, область паха и подмышек.
3. Протирайте тело чуть теплой (27-33°C) или нейтральной температуры (35-35,5°C) водой: больной лежит в постели, а вы протираете, а затем

высушиваете сначала лицо, потом лоб, одну руку, затем другую, а также ноги.

Следует строго выполнять постельный режим: больной должен быть одет в хлопчатобумажную одежду (носки, майка, на лоб – повязка), хорошо впитывающую влагу, укрыт легким одеялом с хлопчатобумажным пододеяльником, подушка – тоже в хлопчатобумажной наволочке. По мере намокания белья – меняйте его.

Тревожный сигнал

Когда вызывать врача:

Иногда повышение температуры тела предупреждает о серьёзном недомогании. Врача надо вызывать, если:

- жар возник без видимой причины;
- жар у ребёнка младше года;
- жар продолжается больше 5 дней (3 дней у ребёнка);
- при лечении температура снижается, а потом снова поднимается;
- у больного сильная жажда, пересохший рот, головокружение, кожа менее эластичная, чем обычно, тёмная моча или уменьшение мочевыделения;
- температура резко поднимается от небольшой (37,2°C) до очень высокой (40°C) – особенно у детей. Если нет возможности вызвать врача или скорую помощь, срочно везите ребёнка в приёмное отделение.

Когда нужна срочная медицинская помощь:

Немедленно вызывайте врача, если у больного с высокой температурой:

- сыпь;
- сильная головная боль;
- неподвижность шеи;
- помутнение сознания или раздражительность;
- боль в животе;
- сильная боль в спине;
- кашель с коричневой или зелёной мокротой;
- болезненное мочеиспускание.

Первая помощь при отравлении

Некачественная пища, неосторожно оставленные в пределах досягаемости малыша лекарства, ядовитые растения или грибы — опасность отравиться

для ребенка велика, а такие вещества, как средства для уборки жилища, удобрения, растворители могут вдобавок к отравлению вызвать еще и химический ожог.

Если взрослые видели, как произошло отравление, или у них есть достаточные основания считать, что ребенок отравился, необходимо немедленно вызвать у малыша рвоту, чтобы убрать из желудка ядовитые вещества. После этого нужно сразу вызвать врача.

Только врач сможет установить, всосалось ли отравляющее вещество в кишечник, как отреагируют на него почки. Он сможет оценить степень серьезности поражения, решит, нужно ли промыть желудок ребенка еще раз.

Если известно, чем отравился малыш, нужно привезти это вещество с собой в больницу (или, по возможности, образец рвотных масс) – от вида отравления может зависеть способ дальнейшего лечения.

Первые симптомы отравления

К выраженным симптомам отравления относятся тошнота и рвота, острая боль в животе, внезапная вялость, бледность, холодный пот и озноб, сонливость, иногда судороги. Однако боль в животе может быть симптомом не только отравления, но и различных заболеваний, в том числе и мочеполовой системы, или запора, поэтому при оценке боли важно выяснить, когда у ребенка последний раз был стул, а также вспомнить, что и когда ребенок ел.

В каких случаях нельзя вызывать рвоту

Нельзя пытаться вызвать рвоту, если ребенку меньше года – он может захлебнуться.

Нельзя также вызывать рвоту, если ребенок находится в бессознательном состоянии, это также может привести к блокированию дыхательных путей.

Если ребенок отравился бензином, кислотой или щелочью, при рвоте может возникнуть ожог пищевода.

При невозможности очищения желудка нужно дать ребенку выпить один-два стакана воды и вызвать скорую помощь, врач промоет ребенку желудок с помощью специального зонда.

Чего нельзя делать при отравлении

Нельзя давать ребенку никаких таблеток и обезболивающих средств - это может смазать клиническую картину и затруднить дальнейшую диагностику.

Нельзя также позволять ребенку есть и пить, пока желудок полностью не промыт и диагноз не поставлен.

Нельзя использовать согревающие или охлаждающие компрессы на живот.

Нельзя пытаться нейтрализовать одно вещество другим, например, давать кислоту при отравлении щелочью и наоборот: очень трудно точно рассчитать количество вещества, необходимое для нейтрализации, а избыток “нейтрализатора” может сам вызвать отравление или химический ожог. К тому же химическая реакция между такими активными веществами может проходить с сильным выделением тепла или токсичных продуктов реакции.

Какие меры нужно принять при отравлении медикаментами

В первую очередь, необходимо вызвать рвоту, чтобы убрать поражающий фактор – иначе вещество в желудке будет продолжать отравляющее действие. Для этого ребенок должен выпить 1-2 стакана теплой воды (можно небольшими порциями), затем нужно вызвать у него рвоту, для чего надо надавить двумя пальцами на корень языка. Затем снова дать выпить 1-2 стакана теплой воды и снова вызвать рвоту. Эти действия следует повторять до появления из желудка чистой воды. После промывания можно использовать современные абсорбирующие средства, растворимые в воде (полифепан, энтеросгель). Более привычный активированный уголь лучше не применять: в малых дозах (1-3 таблетки или 1 таблетка на 10 кг веса ребенка) он неэффективен, большую дозу ребенок не сможет проглотить.

Что делать, если ребенок отравился едой

Симптомы отравления некачественной пищей или ядовитыми растениями проявляются достаточно быстро: обычно в течение 30 - 60 минут появляется рвота, иногда понос — организм пытается освободиться от токсинов.

При пищевом отравлении важно не только вызвать рвоту, чтобы избавиться от отравляющего вещества, но и предупредить обезвоживание. Для этого ребенка надо поить водой или специальными растворами, регулирующими электролитный баланс (препараты для приготовления таких растворов, например регидрон, продаются в аптеках), часто, маленькими порциями – в среднем по чайной ложке в пять минут.

После облегчения состояния (с рвотой выходит чистая вода, острой боли в животе нет) можно дать ребенку абсорбенты (полифепан, энтеросгель), сладкий чай.

Если ребенок отравился продуктами из магазина – необходимо сообщить об этом в организацию санитарно-эпидемиологического надзора, чтобы не отравились другие люди.

Как действовать при отравлении химическими средствами

Признаки того, что ребенок попробовал средства для уборки или ядовитые удобрения – повышенное слюноотделение, краснота или ожоги на слизистой рта или лице, возможна рвота. Необходимо сразу же вызвать врача – он оценит степень опасности и примет меры, а до его приезда вызвать у ребенка рвоту, если только это не отравление бензином, кислотой или щелочью (в этих случаях при рвоте может возникнуть ожог пищевода). При невозможности очищения желудка, нужно дать ребенку выпить один-два стакана воды и вызвать скорую помощь, врач промоет желудок с помощью специального зонда.

Что ребенок **перегрелся**,

вы поймете по следующим признакам: тошнота, бледность, повышенное потоотделение. Пульс становится частым и слабым. Ребенок жалуется на головокружение и головную боль. Могут иметь место судороги. Необходимо уложить ребенка в прохладное место, подложив под ноги пару подушек. Дать пить подсоленную воду - сколько сможет.

На **тепловой удар**

указывают внезапная головная боль, частый пульс, высокая температура. Сознание путается, ребенок не реагирует на внешние раздражители. Нужно уложить ребенка в прохладном месте, подложив под голову подушку. Необходимо физическое охлаждение: обтирайте ребенка мокрой губкой, включите вентилятор. Срочно вызывайте "Скорую".

Если ребенок не дышит, но пульс есть, делайте вдувания воздуха в рот - около 20 в минуту. Воздух нужно вдувать, зажав ребенку нос, пока не поднимется грудная клетка. Затем дать груди опуститься, не разжимая нос.

Если нет ни дыхания, ни пульса, необходима сердечно-легочная реанимация. Встаньте сбоку от ребенка, положите руку на грудь поперек тела, резко нажимайте на грудину, чтобы она опустилась примерно на 3 сантиметра. В течение минуты чередуйте 5 нажатий с одним вдуванием воздуха. Повторять до приезда "Скорой".

Если ребенка **укусила собака**,

тщательно промойте рану не менее 5 минут. Наложите чистую повязку. При укусе бездомного животного необходим укол от бешенства. Обратитесь в больницу.

Ваше поведение: речь, эмоции:



- Оказывая первую помощь, недопустимо выказывать страх, растерянность, брезгливость.
- Не стесняйтесь обратиться за помощью к посторонним, всегда будьте готовы уступить инициативу более опытному человеку.
- Разговаривайте с пострадавшим, даже если вам кажется, что он находится в бессознательном состоянии. Помните, что для больного очень важны слова утешения и поддержки. Нельзя подшучивать над пострадавшим, употреблять слова вроде "ерунда", "пустяки". Недопустимо упрекать и ругать пострадавшего, даже если он сам виноват в случившемся несчастье.

ДОМАШНЯЯ АПТЕЧКА ПЕРВОЙ ПОМОЩИ

Аптечка первой помощи должна быть в каждом доме. Когда она укомплектована полностью и правильно, то, в случае необходимости, первая помощь может быть оказана практически моментально, что очень важно при любом несчастном случае. Что должно входить в домашнюю аптечку первой помощи?

ПЕРЕВЯЗОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

- а) эластичные бинты 5-8 см шириной (необходимы для остановки кровотечения и при растяжениях связок);
- б) стерильные марлевые подушечки различных размеров (парезы, царапины, ссадины);
- в) стерильные тампоны;
- г) стерильные бинты 5-12 см;
- д) лейкопластырь для удержания повязок;
- е) чистый треугольный кусок ткани 100:150 (для фиксации сломанной конечности);
- ж) жгут для остановки кровотечений.

ИНСТРУМЕНТЫ

- Ножницы (для разрезания бинтов и повязок);
- Пинцеты (для удаления заноз, клещей и т.д.);
- Булавки (для фиксации повязок);
- Термометр для измерения температуры.



Здоровья вам и вашим детям!