

Как оказать первую медицинскую помощь? Отдых на свежем воздухе.

Лето наступило. А с ним и период отпусков, походов, пикников и шашлыков. Вдали от благ цивилизации нелишним будет умение, или, хотя бы, знание основных приемов оказания первой медицинской помощи потерпевшим в различных ситуациях.

Обычный укус пчелы или другого насекомого может доставить немало неприятностей, а в отдельных случаях привести к серьезным осложнениям. Место укуса краснеет и отекает. При множественных укусах, а у некоторых людей и в результате одного, проявляется недомогание, головокружение и головная боль, тошнота, озноб и повышение температуры тела.

После укуса удалите жало насекомого из ранки, приложите ватку с нашатырным спиртом, разведенным водой примерно 1 к 5. Положите на место укуса что-нибудь холодное. Таблетка супрастина или димедрола лишней не будет. Если принятые меры недостаточны, обратитесь к врачу.

Укус ядовитой змеи может принести более серьезные последствия. На месте укуса возникает отек с кровоподтеком, распространяющийся на прилегающую часть тела. Кровоподтеки могут появиться во рту и на ушах. Место укуса сильно болит. Появляется тошнота, рвота, мышечная слабость, сонливость, холодный пот, повышенная температура тела. Если не принять неотложных мер, смерть может наступить уже спустя всего один час после укуса.

Наложите жгут выше места укуса, но не более чем на 30 минут. Целесообразно отсосать яд из ранки в течение 10-15 минут, сплевывая его. Помните, это опасно! Малейшие повреждения внутренней полости рта могут привести к отравлению. Обездвижьте укушенную конечность. Грелка и обильное питье помогут пострадавшему, но независимо от внешнего проявления симптомов, его необходимо как можно скорее доставить в больницу.

Неумеренное принятие солнечных ванн может привести к солнечному или тепловому удару. Признаки – покраснение кожи, усиленное потоотделение, учащенные пульс и

дыхание, головная боль и слабость, шум в ушах, тошнота и рвота. В тяжелых случаях – потеря сознания.

Основной метод помощи – постепенное, ни в коем случае не резкое, охлаждение тела. Пострадавшего нужно уложить, приподняв голову, в тени или прохладном помещении. Если он без сознания, использовать нашатырный спирт. Одежду снять, тело обернуть влажными простынями или полотенцами. На голову положить холодный компресс, т.к. центральная нервная система страдает в первую очередь. Холодные ванны противопоказаны! Это может вызвать рефлекторную остановку сердца. Приветствуется обильное питье. Если удар сопровождается солнечными ожогами, их нужно смазать вазелином, на пузыри, не вскрывая их, наложить сухую стерильную повязку и обратиться в лечебное учреждение.

Внезапная потеря сознания, или обморок, часто происходит по причинам, неизвестным окружающим. Уложите больного на спину, слегка приподняв ноги выше уровня головы. Если уложить невозможно, например, на улице или в транспорте, усадите его, опустив голову до уровня колен или как можно ниже. Стесняющие одежды следует расстегнуть и обеспечить приток воздуха. Разотрите или опрыскайте холодной водой лицо и шею, поднесите к носу ватку с нашатырным спиртом и потрите ею виски. Обычно после обморока человек смущен вниманием окружающих и, придя в себя, отказывается от дальнейшей помощи. Но обморок может повториться, поэтому больного нельзя оставлять без внимания до осмотра медиками.

Элементарная осторожность позволяет во многих случаях сохранить здоровье и уберечь себя от многих неприятностей. Но наличие веселой компании не способствует осторожности. В следующей статье поговорим об оказании помощи при ожогах и утоплениях.

Автор - **Алексей Норкин**

[Источник](#)