

ПАМЯТКА.

ЗАПОМНИТЕ! В случае внезапной потери сознания следует, прежде всего, убедиться в наличии пульса на сонной артерии и, если его нет, сразу начать реанимацию.

В ЛЮБОМ СЛУЧАЕ ВНЕЗАПНОЙ ПОТЕРИ СОЗНАНИЯ НЕОБХОДИМО ПРОВЕРИТЬ НАЛИЧИЕ ПУЛЬСА НА СОННОЙ АРТЕРИИ:

СПОСОБЫ ОКАЗАНИЯ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ

ПРИ **ОБМОРОКЕ.**

Помощь при обмороке: кратковременной потере сознания (3-4

минуты), при этом **сохранять реакцию зрачков на свет и пульс на сонной артерии.**

1. **Убедиться в наличии пульса на сонной артерии;**



2. **Обеспечить приток крови к головному мозгу.**

Расстегнуть воротник одежды, расслабить поясной ремень, галстук, у женщин сместить бюстгальтер ближе к шее.

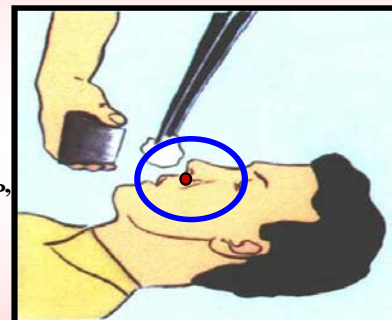
3. **Приподнять ноги пострадавшего (на 50-75 см),**

или подложить под голени валик, одежду или согнуть ноги в коленях, а **голову**, наоборот **опустить ниже** – подложив под плечи валик.

4. **Повысить тонус сосудов -**

поднести к носу больного **ватку с нашатырным спиртом**, его пары раздражают обонятельные рецепторы носа, вызывая сильнейшую боль, которая приводит к выбросу адреналина, а это провоцирует кратковременную централизацию кровообращения и очень быстро возвращает прекапиллярам нормальный тонус.

Или **надавить пальцем на болевую точку - «ИЗЪЕМ»** между перегородкой носа и верхней губой или массаж ее проекций – **растирающий массаж ногтевых пластин и защипывающий массаж кончиков всех пальцев.**



ЕСЛИ В ТЕЧЕНИЕ ТРЕХ МИНУТ ПОСТРАДАВШИЙ НЕ ПРИХОДИТ В СОЗНАНИЕ, ЕГО СЛЕДУЕТ СКОРЕЕ ПОВЕРНУТЬ НА ЖИВОТ И ПРИЛОЖИТЬ К ГОЛОВЕ ХОЛОД.

5. **Перевернуть пострадавшего на живот** во избежание западания языка и попадания содержимого ротовой полости в легкие).

Для человека в состоянии комы положение лежа на спине - крайне опасно!!!

Если вдруг на ваших глазах человек внезапно теряет сознание, падает, что необходимо сделать, -

Первое - это убедиться в наличии пульса на сонной артерии.

Правила определения пульса на сонной артерии:

Расположить четыре пальца на шее пострадавшего. Расположенные между кивательной мышцей и хрящами гортани, пальцы осторожно продвигать внутрь, стараясь почувствовать удары пульса.

Второе - При наличии пульса на сонной артерии требуется как можно быстрее увеличить приток крови к головному мозгу.

1. Для этого больного кладут на спину и приподнимают его ноги, подложив под голени валик, свернутую одежду, или сгибают ноги в коленях.
2. Одновременно обязательно расслабляют поясной ремень, галстук и расстегивают ворот сорочки, т.е. устраняют возможные препятствия для быстрого притока крови к головному мозгу.

Наш уважаемый читатель, если ты склонен к обморокам и заметил, что тугой воротник или сильно затянутый галстук вызывает у тебя головную боль, то более свободная одежда позволит избежать не только потери сознания, но и головной боли.

Третье - Следующие действия должны быть направлены на повышение тонуса сосудов, а точнее, нужно спровоцировать централизацию кровообращения.

Сделать это очень просто: достаточно поднести к носу больного *ватку с нашатырным спиртом*. Результат не заставит себя долго ждать: веки мелко задрожат, человек, глубоко вдохнет и придет в сознание.

Волшебство нашатырного спирта объясняется тем, что его пары раздражают обонятельные рецепторы носа настолько, что вызывают сильнейшую боль, которая приводит к выбросу адреналина, а это провоцирует кратковременную централизацию кровообращения и очень быстро возвращает прекапиллярам нормальный тонус.

Подобного эффекта можно добиться, воздействуя и на так называемые болевые точки. Самая эффективная и доступная из них располагается в складке между перегородкой носа и верхней губой. При обмороке следует как можно сильнее *нажать на эту болевую точку*.

Если вдруг ты почувствуешь, что земля уходит из-под ног, то у тебя есть реальная возможность избежать обморока – достаточно успеть надавить себе на болевую точку у перегородки носа.

Для выведения из обморока, **вызванного эмоциями, испугом и духотой**, перечисленных мер вполне достаточно.

При обмороке в душном помещении – необходимо вынести больного на свежий воздух или распахнуть окно.

При тепловом или солнечном ударе – нужно перенести в прохладное место или тень, положить на голову пузырь со льдом или смоченное холодной водой полотенце.

Во всех случаях обезвоживания: поноса, многократной рвоты, проливного пота – необходимо дать обильное соленое (содово-щелочное) или сладкое питье.

После голодного обморока – обязательно накормить или хотя бы предложить чашку сладкого чая.

При повторных обмороках и подозрении на скрытое кровотечение – обязательно приложить холод на живот, приподнять ноги и запретить больному даже садиться до прихода врача.

ЕСЛИ В ТЕЧЕНИЕ ТРЕХ МИНУТ БОЛЬНОЙ НЕ ПРИХОДИТ В СОЗНАНИЕ, ЕГО СЛЕДУЕТ СКОРЕЕ ПОВЕРНУТЬ НА ЖИВОТ И ПРИЛОЖИТЬ К ГОЛОВЕ ХОЛОД!

ЗАПОМНИ! При любом виде обморока, даже если потеря сознания продолжалась не более 1-2 минут, следует обратиться к врачу.

ЧТО НЕОБХОДИМО СДЕЛАТЬ В ПЕРВЫЕ СЕКУНДЫ РАЗВИТИЯ ОБМОРОКА:

- Убедиться в наличии пульса на сонной артерии.
- Положить больного на спину.
- Расстегнуть ворот одежды.
- Ослабить поясной ремень.
- Приподнять ноги (под голени валик, свернутую одежду, или сгибают ноги в коленях).
- Поднести к носу ватку с нашатырным спиртом.
- Или надавить указательным пальцем в болевую точку между перегородкой носа и верхней губой.

ПАМЯТКА

I. как только вы увидели признаки остановки сердца (отсутствие пульса на сонной артерии) необходимо, **нанести прекардиальный удар** или **произвести непрямой массаж сердца.**

ПРЕКАРДИАЛЬНЫЙ УДАР.

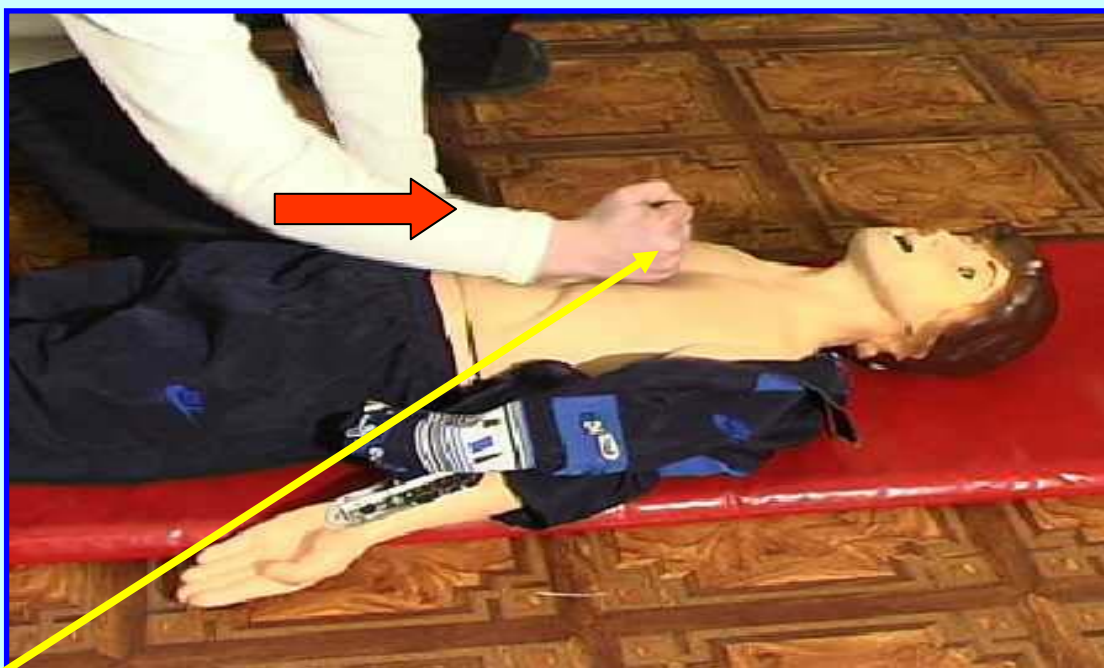
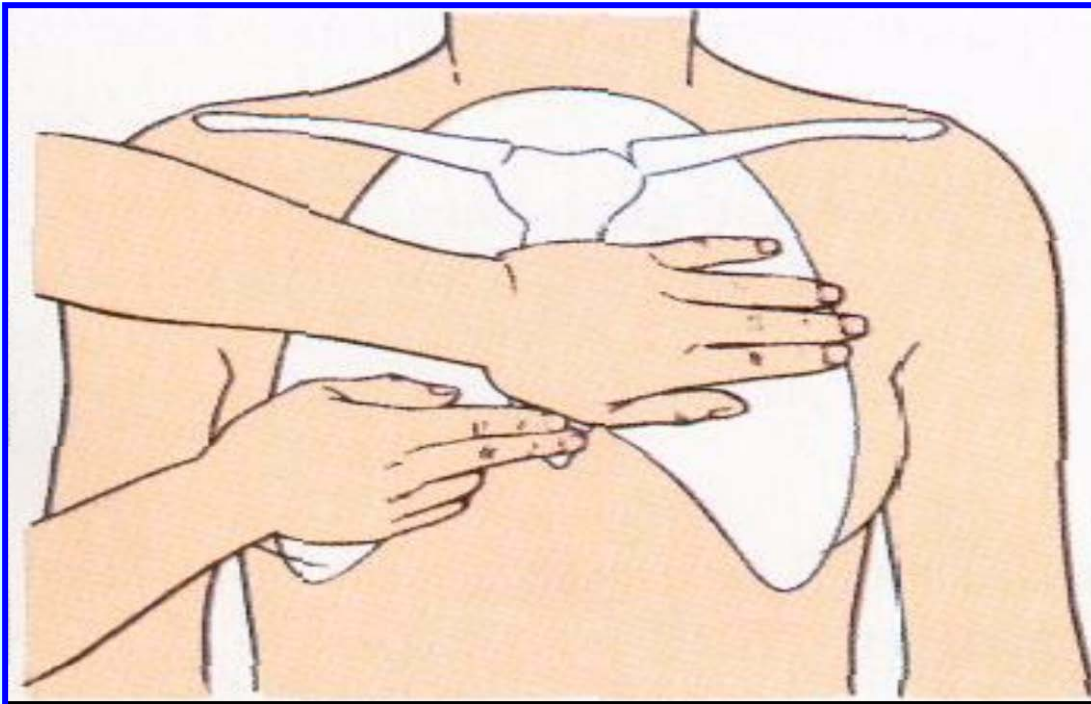
В случае внезапной смерти, особенно после поражения электрическим током, первое с чего необходимо начать помощь – нанести удар по груди пострадавшего. Если удар нанесен в течение первой минуты после остановки сердца, то вероятность оживления превышает 50%.

При нанесении удара в случае наличия пульса на сонной артерии, есть риск спровоцировать остановку сердца. Поэтому, прежде чем наносить, **надо обязательно убедиться в отсутствии пульса на сонной артерии.** *(все домыслы о том что этот удар крайне опасен для жизни не обоснован, если бы удар представлял реальную угрозу, тогда бы следовало запретить такие виды спорта как бокс и другие игровые виды спорта. К тому же убить человек, который уже находится в состоянии клинической смерти, более чем абсурд. Поэтому в экстремальной ситуации лучше использовать реальный шанс на спасение, чем потом сожалеть, что в нужный момент не было рядом врача и эти оправдать свою бездеятельность в спасении жизни человека).*

ДЕЙСТВИЯ:

Как только убедились в **отсутствии пульса на сонной артерии**, необходимо:

- **повернуть пострадавшего на спину** быстро освободить грудную клетку от одежды, расстегнуть поясной ремень у мужчины, у женщины верхнее белье;
- **прикрыть двумя пальцами** (одной руки) **мечевидный отросток грудины.**



- **ударить ребром сжатой в кулак ладони (другой руки) выше собственных пальцев по центру грудины - при этом локоть наносящей удар руки должен быть направлен вдоль тела пострадавшего** – (нанести **прекардиальный удар**).

Удар наносится кулаком в точку, расположенную *на нижней трети грудины*, на 2-3 см выше мечевидного отростка, которым заканчивается грудная кость. Делают этот коротким резким движением (примерно как ударить по столу в порыве гнева).

Цель такого удара - как можно сильнее сотрясти грудную клетку, это мероприятие должно послужить толчком к запуску остановившегося сердца. Правильно и вовремя нанесенный удар может в считанные секунды вернуть человека к жизни. **Очень часто**

после такого удара по груди у человека сразу восстанавливается сердцебиение и возвращается сознание.

- **После удара обязательно проверить пульс на сонной артерии!**

Недопустимо отрабатывать прекардиальный удар на живом человеке, и на пострадавшем при наличии пульса на сонной артерии! Тот же прекардиальный удар может и убить человека, у которого сохранено сердцебиение.