

Автор: С.Бусько, "Звязда"



Зводкі Міністэрства па надзвычайных сітуацыях, на жаль, паступаюць пастаянна: кожны дзень у краіне нешта здараецца. Пажары, аварыі, ДТЗ — усё гэта адбываецца, як правіла, з чалавечымі ахвярамі. І часта здароўе чалавека, а то і яго жыццё залежыць ад таго, ці атрымае ён своєчасова дапамогу і ці будзе яна правільнай.

Але часам лепш нічога не рабіць, чым зрабіць няправільна і нашкодзіць. На жаль, большасць з нас толькі цьмяна памятае нешта аб жгутах, шынах і перавязках. У выніку жгут накладваецца на некалькі гадзін, а непрамы масаж сэрца праводзіцца па зламаных рэбрах пацярпелага ў ДТЗ... Давайце разбяромся ў асноўных памылках пры аказанні першай дапамогі разам са старшым інспектарам аддзела медыцынскай абароны цэнтра медыцынскага забеспячэння дзяржаўнай пажарнай аварыйна-выратавальнай установы "Рэспубліканскі атрад адмысловага прызначэння" Міністэрства па надзвычайных сітуацыях Рэспублікі Беларусь, маёрам унутранай службы Інэсай Равінскай.

Лішнія рухі

Тых, хто пацярпеў у ДТЗ ці ўпаў з вышыні, да прыбыцця "хуткай дапамогі" чапаць можна толькі ў адным выпадку: калі там, дзе яны ляжаць, небяспечна знаходзіцца фізічна (палаючы дом ці машына і да т.п.). Таму што лішнія рухі пагражаюць чалавеку інваліднасцю, а часам і смерцю. Таму першае правіла выратавальнікаў — разбіраць транспартны сродак, вызваляючы прастору вакол пацярпелага, а не гвалтоўна выцягваць яго адтуль.

Не патрэбны лішнія рухі і людзям з падазрэннем на інфаркт ці інсульт. Такі чалавек не павінен ісці ў стацыянар сам, нават з падтрымкай, — яго трэба несці на насілках.

Няўмелая сардэчна-лёгачная рэанімацыя

У прынцыпе, рабіць непрамы масаж сэрца і штучнае дыханне павінен умець кожны: гэтаму вучаць, пачынаючы са школы. Але калі вы не ўмеете, то лепш не брацца. А калі ёсць адпаведныя навыкі, то ўлічыце некалькі заўваг:

- 1) калі ў чалавека б'ецца сэрца і прамацваецца пульс, такія мерапрыемствы не патрэбныя!
- 2) перад правядзеннем штучнага дыхання не забудзьцеся ачысціць рот пацярпелага;
- 3) сэрца знаходзіцца прама за грудзінай. Не трэба націскаць на живот або ў левай частцы грудной клеткі — толькі на саму грудзіну;
- 4) пры штучным дыханні трэба дамагацца, каб паветра пайшло ў лёгкія, а не ў страўнік. Паглядзіце: падымаецца грудная клетка — добра, падымаецца живот — вашы намаганні марныя. Крыху запракіньце галаву, каб паветра праходзіла ў лёгкія.

І яшчэ: калі пацярпелы без прытомнасці, але ёсць пульс і дыханне, хочацца зрабіць пакутніку зручна, падкласці што-небудзь пад галаву. Гэта можа яго забіць. У такім становішчы пры западзенні языка ён проста задыхнецца. Не падкладвайце яму пад галаву нічога. Трэба адкінуць яго галаву назад або павярнуць пацярпелага на бок.

Падавіўся? Папляскаць па спіне

Гэты распаўсюджаны спосаб дапамагчы чалавеку, які папярхнуўся, не з'яўляецца самым бяспечным. У пэўных выпадках такія воплескі могуць спрыяць яшчэ больш глыбокаму пранікненню іншароднага цела ў дыхальныя шляхі. Лепшая стратэгія ў гэтым выпадку — пацярпеламу нахіліцца наперад і зрабіць некалькі рэзкіх выдыхаў. Вось у такім становішчы можна пастукваннем па спіне дамагчыся жаданага выніку. Не дапамагае? Ёсць яшчэ адзін сродак — прыём Хаймліха. Станьце за спінай пацярпелага, абхапіце яго рукамі. Пальцы сцісніце ў кулакі і рэзкімі рухамі націскайце ў вобласці сонечнага спляцення (там, дзе пасярэдзіне жывата злучаюцца рэбры) у напрамку ўнутр і ўверх. Рукі пры гэтым неабходна рэзка сагнуць у локцях (але грудную клетку з бакоў сціскаць не трэба).

Алей на апёк, ёд у рану

Ні алеем, ні разнастайнымі "пантэноламі" змазваць свежы апёк нельга. Калі, вядома, няма жадання пагоршыць сітуацыю. Правільна — астуджаць апечанае месца халоднай вадой, але толькі не хвіліну-дзве, а 10-15-20, пакуль не наступіць палёгка.

Ліць ёд, спірт і зялёнку ў рану таксама бессэнсоўна: ніякай карысці гэта не прынясе. Толькі шкоду. У няўмелых руках гэтыя рэчывы патрэбны толькі для змазвання драпін. Інакш, акрамя звычайнай рэзанай раны, вы атрымаеце глыбокі хімічны апёк, які ў працэсе гаення ўтварае выроdlівыя рубцы.

У астатнім жа "чайнікам" бяспечней выкарыстоўваць перакіс вадароду або хлоргексідзін.

Выманне прадметаў з ран

Можна дастаць стрэмку з пальца. Але ні ў якім разе нельга даставаць ніякія прадметы з больш-менш сур'ёзнай раны. Нават калі тырчыць кавалак іржавага дроту. Калі перажываеце за інфекцыю — позна, яна ўжо ўнутры, з ёй можна змагацца потым, у адрозненне ад крывацёку.

Як бы жудасна ні выглядаў чалавек з нажом у грудзях, вымаць яго самому катэгарычна нельга. Урачы "хуткай" таксама не чапаюць нож і іншыя староннія рэчы да моманту, калі пацярпелы апынецца ў аперацыйнай. Таму што ў чыстым полі, на дарозе ці дома ім няма чым спыніць крывацёк, які можа адкрыцца пасля вымання прадмета з раны.

Жгут накласці таксама трэба ўмець

Калі гаворка ідзе аб самым страшным — артэрыяльным — крывацёку, не варта марнаваць каштоўны час на пошукі жгута. Як мага хутчэй перацісніце пальцамі фантан пунсвай крыві, інакш чалавек можа хутка загінуць.

Памятаем, што накладваць жгут трэба не больш чым на 1 гадзіну ў любы час года. Яшчэ лепш распускаць яго кожныя 20 хвілін, каб потым пацярпелы не "дзякаваў" за страчаную канечнасць.

Пры прыпынку крывацёку метадам накладання жгута робіцца столькі памылак, што медыкі заклікаюць абмежавацца проста тугой павязкай або туга тампанаваць рану. Пры гэтым павязкі не змяняюць, а накладваюць адна на адну. Медыкі па іх змогуць аператыўна ацаніць, колькі крыві страціў чалавек. Калі няма падазрэнняў на пералом, можна сагнуць канечнасць у суставе, які знаходзіцца вышэй пацярпелага сасуда, паклаўшы ў галіне сустава мяккі валік з матэрыі, адзення. У большасці выпадкаў гэтага цалкам дастаткова.

І не забывайце пра сваю бяспеку пры кантакце з крывёй. Няма з сабой гумавых пальчаток? Скарыстайцеся звычайнымі поліэтыленавымі пакетамі, якімі вы абароніце

сябе ад інфекцыі, што перадаецца з крывёю. Дадаткова вымойце рукі з мылам і апрацуйце любым спіртазмяшчальным раствором.

Прыпыненне крывацёку з носу

Калі задраць галаву, дык кроў з носу ісці перастане. Вось толькі ці спыніцца крывацёк? Не. Проста кроў будзе сцякаць у насаглотку, а потым у страўнік. Быццам бы нічога смяротнага, але, па-першае, мы не бачым, працягваецца крывацёк ці не. А па-другое, ёсць такая непрыемная штука, як крывавыя ваніты.

Якая ж дапамога будзе адэкватнай? Трэба злёгка нахіліць галаву пацярпелага наперад, затампаваць ноздры чыстай сурвэткай або ваткай, змочанай у перакісе вадароду, прыкладзі холад на пераноссе, а потым ужо высвятляць прычыну таго, што адбылося.

Упраўленне "вывіхаў"

Нельга ўпраўляць самастойна тое, што падобна на вывіх. Таму што нават спецыяліст не рызыкне вызначаць такую траўму без рэнтгену. Адэкватныя дзеянні ў падобнай сітуацыі наступныя: пашкоджаную канечнасць абезрухоўваць, выклікаць "хуткую" і ехаць у траўмапункт.

Зараз пра абезрухоўванне. Калі вырашылі заняцца накладаннем імправізаванай шыны, майце на ўвазе: канечнасць нельга выпростаць гвалтоўна! Яе прыбінтоўваюць як ёсць у найбольш зручным для пацярпелага становішчы так, каб было абезрухоўлена не толькі месца пералому, але і два-тры бліжэйшыя суставы. Не ведаеце як накласці шыну, няма пад рукой нічога прыдатнага — прывяжыце руку да тулава, нагу да нагі. Чым менш рухаў

у пашкоджанай канечнасці, тым менш наступстваў ад траўмы.

Штучныя ваніты ў выпадках, калі іх нельга дапускаць

Пры атручэннях звычайна раяць выклікаць у пацярпелага ваніты. Аднак гэтага катэгарычна нельга рабіць пры падазрэнні на атручэнне кіслатой, шчолаччу і іншымі едкімі рэчывамі. Калі ж ваніты апраўданы, то не трэба самастойна выкарыстоўваць марганцоўку, соду і да т.п. Усё, што трэба, — гэта шмат цёплай вады.

Дапамога пры курчах

Часцей за ўсё эпілептыкам пры прыступе гвалтоўна ўсоўваюць штосьці ў рот. Ад лыжак, адвёртак і нават нажоў, з дапамогай якіх чулыя грамадзяне спрабуюць аказаць дапамогу пры прыступе, шкоды шмат (зламаныя зубы і траўмы горла ад металічных, абструкцыі трахеі і бронхаў ад больш далікатных прадметаў), а толку звычайна мала. Не трэба з усёй сілы ўтрымліваць эпілептыка за рукі і ногі, дастаткова павярнуць чалавека на бок і ў гэтым становішчы прытрымліваць яго за плечы. Пад галаву падкладзіце што-небудзь мяккае ці прытрымлівайце галаву рукамі, каб чалавек не атрымаў дадатковых траўмаў.

Алкагольная тэрапія

Абязбольванне алкаголем ўвайшло ў фальклор. Перш чым прапанаваць камусьці каньячку для анестэзіі ці сугрэву, лепш пашукаць іншыя варыянты аказання дапамогі або ўстрымацца ад яе наогул. Па-першае, у выпіўшага чалавека змяняецца балявая адчувальнасць — а гэта лішнія рухі пры пераломках і цяжкасці ў пастаноўцы дыягназу.

Па-другое, большасць лекавых сродкаў не разлічана на адначасовы прыём з алкаголем.

Як бачыце, аказваць даўрачэбную дапамогу часам небяспечна — можна нашкодзіць. Ці значыць гэта, што трэба кідаць пацярпелага чалавека на волю лёсу? Вядома, не. Іншая справа, што свае дзеянні заўсёды трэба сувымяраць са сваімі ўменнямі. А самы ідэальны варыянт — прайсці курсы аказання першай дапамогі. Гэта зойме не так шмат часу, затое можа аказацца неацэнным у экстрэмальным выпадку.