

Консультация для родителей ДОУ

## **КАК ПРАВИЛЬНО ОКАЗАТЬ ПЕРВУЮ МЕДИЦИНСКУЮ ПОМОЩЬ**



*или*

**ошибки, которые мы часто совершаем,  
оказывая первую помощь**

Воспитатель: Волкова А.И.



## Нос заложен - не греть!

Если нос накрепко заложен, "бабушкин" способ - приложить тепло к переносице - теплое крутое яйцо, мешочек с разогретой гречкой и т.д.

Такое нагревание опасно! Когда насморк сильный, сосуды расширены. В носу начался отек, а тепло этот отек только усилит. Нагревание может привести к нарушению оттока слизи, в околоносовых пазухах разовьется воспаление, что может в худшем случае даже привести к менингиту.

### **Как надо?**

Сосуды нужно, наоборот, сужать - именно это и делают капли от насморка.





## Знобит и поднялась температура? Не кутайтесь!

Когда у нас поднимается температура, нарушается терморегуляция. И горячему телу становится холодно, ведь разница температуры тела и температуры в комнате увеличивается. Появляется ощущение озноба, кажется, что мы мерзнем. Сразу хочется укутаться под два одеяла, одеться потеплее, обнять грелку. Но, если в этот момент начать усиленно согреваться, у разгоряченного тела не будет возможности охладиться и сбить температуру.

### *Как надо?*

Вопреки ощущениям, нужно раскрыться, приложить прохладный мокрый платок ко лбу, и по совету врача пить жаропонижающее лекарства.





## Подавился - не хлопать!

Поперхнулся? Давай похлопаю! Этот способ первой помощи противоречит логике и может серьезно ухудшить ситуацию, если человек подавился. Пострадавший вдыхает какой-то посторонний предмет, и самое правильное в этот момент - кашель. А вот если в это время похлопать по спине, предмет, которым подавился пострадавший, только проскользнет еще глубже в дыхательные пути!

### *Как надо?*

С помощью кашля и резких выдохов человек выталкивает "мусор" наружу, поэтому самое лучшее, если просто поперхнулся, слегка наклониться вперед и сделать несколько сильных выдохов, осторожно и медленно вдыхая воздух (резкие вдохи могут только ухудшить ситуацию).

Если человек не просто поперхнулся, а подавился и не может дышать (то есть посторонний предмет закупорил дыхательные пути), ему нужна помощь. Пострадавшего нужно сильно наклонить вперед, можно перевесить через спинку стула, и сделать несколько резких скользящих движений по направлению к шее, как бы выбивая посторонний предмет.





## Марганцовка - опасное лекарство

Еще бабушки поили нас марганцовкой при отравлениях. Вроде как убьет заразу изнутри. Но нужно помнить, что марганцовка - это скопление микрочастиц. Именно они, растворяясь в воде, придают ей розовый цвет. Чем больше кристалликов, тем темнее и насыщеннее раствор. Проблема в том, что растворяются кристаллы не до конца (до конца только при кипячении).

После полного растворения нужно пропускать раствор марганцовки через хороший фильтр - например, через несколько слоев марли. Иначе, попадая на слизистую желудка, кристаллик марганца может вызвать серьезный химический ожог.

## Открытую рану не поливают йодом и зеленкой

Любой спиртовой состав, йод, зеленка - на ране создадут глубокий химический ожог, который будет долго заживать и, возможно, оставит рубец.

### **Как надо?**

Чтобы продезинфицировать рану, используйте перекись водорода, хлоргексидин, а сверху накладывайте чистую марлевую повязку.

Йод и зеленка отлично подходят для мелких царапин.





## Ожоги нельзя мазать маслом

Масло создает на ране пленочку, "парниковый эффект", у кислорода нет доступа к ожогу, в итоге рана не будет заживать, а боль только усилится.

### Как надо?

Лучше всего охладить обожженное место. Все зависит от серьезности и величины ожога. Небольшой можно просто подставить под холодную воду.

Есть хороший "бабушкин" рецепт лечения мелких "кухонных" ожогов - сразу намазать хозяйственным мылом. Мыло - это щелочь, ожог - кислотная реакция. Щелочь гасит кислоту, происходит реакция нейтрализации, и боль ослабевает, и пузырь, возможно, не надуется.

Серьезный ожог с повреждением кожи необходимо обработать прохладной водой, наложить на рану чистую стерильную повязку (НЕ ВАТУ), и ехать в травмпункт.



Многие используют от ожогов пантенол. Он бывает в креме, мази и пене. Для ожога подходит только пена, ведь она обеспечивает доступ кислорода к ране.



## Если идет кровь из носа, не запрокидывайте голову.

Не наклоняйтесь назад. Таким образом вы не прекратите кровотечение, а только измените его направление - кровь пойдет в носоглотку, в желудок, что может вызвать кровавую рвоту. А еще, если вся кровь уйдет в желудок, в случае госпитализации врач не сможет определить, какое количество крови вы потеряли.

### **Как надо?**

Сядьте прямо, слегка наклонившись вперед. Положите в ноздрю (или ноздри) тампон с перекисью водорода, приложите холод на переносицу.







## Обмороженное не растирать

Если долго находиться на морозе, некоторые части тела могут замерзнуть и побелеть - уши, щеки, пальцы. Первое, что мы делаем, начинаем растирать побелевшее место. Это неправильно! От переохлаждения происходит спазм сосудов, кровотока в этой зоне ухудшается, а потом и совсем останавливается. Сосуды становятся "ломкими", и, растирая замерзшие участки кожи, мы наносим коже микротравмы, ломаем, повреждаем. В худшем случае, растирая, можем довести до омертвления замерзшие участки кожи.

### **Как надо?**

Если отморозили уши, пальцы (рук, ног), нужно уйти с холода, отогреть постепенно - лучше пусть само "оттает" в теплом помещении. Обязательно согреться изнутри, НО ни в коем случае НЕ АЛКОГОЛЕМ, а горячим чаем, желательно сладким.