**Оказание первой медицинской помощи.**

Первая медицинская помощь — это простейшие срочные меры, необходимые для спасения жизни и здоровья пострадавших при повреждениях, несчастных случаях и внезапных заболеваниях.

Следует помнить, что от своевременности и качества оказания первой медицинской помощи в значительной степени зависит дальнейшее состояние здоровья пострадавшего и даже его жизнь.

Первая медицинская помощь очень важна, но никогда не заменит квалифицированной (специализированной) медицинской помощи, если в ней нуждается пострадавший. Вы не должны пытаться лечить пострадавшего — это дело врача-специалиста.

**При небольших травмах, ссадинах, порезах**

- кожу вокруг раны смазать йодной настойкой.

- рану закрыть стерильной повязкой или чистой тканью

**При переломах и вывихах**

- при открытых переломах окружность раны смазать йодом и положить повязку с использованием шины.

- при закрытых переломах и вывихах положить шину.
Помните! Шина должна захватывать минимум два сустава. Вправляет вывихи только врач.

**При ожогах**

- охладить обожженную поверхность снегом, льдом, подставив под струю чистой холодной воды на 20—30 минут.

- обработать рану пенообразующей аэрозолью.

- положить стерильную повязку, смочив салфетку спиртом, водкой, одеколоном.

Помните! Нельзя отдирать от поврежденной кожи одежду, вскрывать пузыри, смазывать места ожогов жирами, туго бинтовать обожженную поверхность.

**Остановка кровотечения**

- при несильных наружных кровотечениях из вен некрупных артерий, наложить давящую повязку;

- кровотечение из артерий можно остановить, зафиксировав конечность повязкой в состоянии максимального сгибания;

- при ранении наружных сосудов применяется кратковременное сдавливание сосуда выше места ранения или наложения жгута (пояса, полотенца, платка, бинта).

- сдавливать сосуд необходимо до прекращения изливания крови из раны и прекращения пульсации на периферии.

Помните! Нельзя чрезмерно затягивать жгут и держать его на конечности более 2-х часов.

**Искусственное дыхание**

Голову больного резко запрокинуть назад, положить под лопатку валик. Зафиксировать ладонями голову больного, выдвинув одновременно вперед его челюсть. Сделать глубокий вздох и максимально выдохнуть в рот больного, зажав пальцами его нос. Для эффективного дыхания необходимо 12—20 вдуваний в минуту.

**Непрямой массаж сердца**

Осуществляется периодическими (50—60/в секунду) надавливаниями на грудину. Стоять на колени слева от больного лицом к нему, положить на середину грудины ладони плашмя друг на друга и провести моментальное сжатие (толчок) самой сильной частью ладони.
Наиболее эффективно оказание помощи одновременно двумя лицами (1-й — одно вдувание воздуха, 2-ой — пять нажатий на грудную клетку и т. д.)