

Первая помощь при травмах



Растущие дети учатся познавать окружающий мир. Они интересуются предметами, которые могут оказаться для них опасными.

Несчастные случаи и их последствия у детей до 5 лет служат причиной 25 % всех поступлений в больницу. А их можно избежать или смягчить благодаря вниманию и предусмотрительности родителей и окружающих.

Уличная травма. Профилактика уличных травм

Уличный травматизм – самая частая причина среди всех несчастных случаев. На улицах, дорогах, автострадах дети должны находиться под постоянным присмотром взрослых. Уже с раннего возраста внушайте ребёнку, сколь опасна дорога, приучайте его к осторожности на улице. Расскажите ребёнку о типичных ситуациях, при которых могут случаться дорожные происшествия с детьми. Воспитывайте у детей уважение к сигналам светофора. При поездках в автомашине размещайте детей только на заднем сиденье, причем удостоверьтесь, что двери машины заперты и не могут быть открыты ребёнком. Не разрешайте кататься детям на велосипеде, роликовых коньках на проезжей части дороги.

Взрослым важно не только предупредить травму, но и оказать первую помощь на месте происшествия.

Травмы наружного носа. Первая помощь

Переломам чаще подвергаются кости и перегородка носа. Особенностью травм носа у детей является разъединение швов между костями.

Признаки травм носа: носовое кровотечение, кровоизлияние в кожу носа и век, отек мягких тканей, головная боль, затрудненное носовое дыхание, нарушение обоняния.

Помните! Травма носа не редко сочетается с сотрясением головного мозга, поэтому срочно вызовете «скорую помощь».

Советы врача - При отеке мягких тканей положите холод (пузырь со льдом), в случае носового кровотечения – остановите его до прихода врача следующим образом: усадите или уложите ребёнка, положив под голову 2 – 3 подушки, чтобы голова находилась значительно выше туловища. Не запрокидывайте голову ребёнка, чтобы малыш не захлебнулся кровью. Попросите ребёнка хорошо высморкаться, чтобы освободить полость носа от кровянистых сгустков. Предложите ребёнку вдыхать через нос, а выдыхать через рот. Прижмите пальцем ноздри к носовой перегородке. Пусть ребёнок дышит через рот. Закапайте в нос любой сосудосуживающий препарат (0,05 % раствор нафтизина, санорина). Врач «скорой помощи» оценит тяжесть травмы и, если необходимо доставит ребёнка в больницу.

Падения

Наиболее часто наблюдаются травмы у детей при падении с качелей и дерева. Прежде чем сажать ребёнка на качели убедитесь в их исправности. Объясните малышу, что, если он упадёт, нельзя вставать сразу – иначе возвращающееся сиденье качелей ударит его по голове.

Советы врача - Убедитесь, что упавшему ребёнку ничего не угрожает (например, осколки стекла) и у него нет кровотечения. Не удаляйте сами стекла из раны, так как может начаться кровотечение и состояние ребёнка ухудшится. Чтобы уменьшить опухоль или синяк после сильного удара, приложите к ушибленному месту холод или подставьте его под струю холодной воды. При сильных болях можно дать таблетку анальгина или панадола. Ссадины и царапины нужно смазать спиртовым раствором йода или перекисью водорода. В полевых условиях можно приложить свежие чистые листья подорожника, меняя их, когда они высохнут. Хороший эффект даёт наложение на ушиб истолчённой до сока свежей травы горькой полыни, которую меняют по мере высыхания. Можно также делать компрессы из свежего сока и кашицы репчатого лука.



Сотрясения мозга

При сотрясении мозга отмечается потеря ориентировки в окружающем и отсутствие реакции на внешние раздражители. Потеря сознания длится от нескольких минут до нескольких часов. Ребёнок не помнит события до и после потери сознания. Если после ушиба головы у него наступает состояние сонливости или рвота, это может указать на сотрясение мозга. За ребёнком надо наблюдать.

Верный признак того, что ребёнок не потерял сознание, ударившись головой, - его громкий плач.

Советы врача - Обратите внимание, одинаковые ли у ребёнка зрачки. Не давайте какие – либо успокаивающие или обезболивающие средства. Если ребёнок становится более вялым и сонным срочно вызовите скорую помощь. При травме головы с потерей сознания срочно вызовите «скорую медицинскую помощь». Смочите лицо малыша водой и потрите виски нашатырным спиртом. После того, как он очнётся, положите в постель, тепло укройте и ждите врача.

Переломы костей

При переломе кости возникает острая боль: костные отломки могут тереться друг от друга, разрывать кровеносные сосуды, травмировать нервные стволы. Задача первой помощи – обездвижить конечность, фиксировать зону перелома, предупредить возможные осложнения: шок, нарушение кровоснабжения конечности. В зависимости от места перелома в качестве шины используют различные подручные материалы: картон, дощечки, палки, лыжи. Под шину подкладывают мягкую подстилку, чтобы она не давила во время бинтования и транспортировки. Основным принцип фиксации – обездвижить оба сустава, ограничивающих сломанную кость. При переломе бедра фиксируют три сустава.

Советы врача - При переломе пальцев кисть ребёнка уложите на шину и на косынку, в ладонь вложите комок ваты или платок, на котором и бинтуйте пальцы. При переломе костей предплечья нужно обездвижить локтевой и лучезапястный суставы. Кисть сгибают в тыльном направлении, придавая ей естественное физиологическое положение. При переломе плечевой кости или в области локтевого сустава проще всего руку прибинтовать осторожно к туловищу. При переломе в области стопы и голени необходимо надёжно закрепить ногу и несколько приподнять её. В таком положении отек и боль будет меньше. Перелом бедра сопровождается сильной болью. Срочно иммобилизуйте ногу, дайте обезболивающие средства, тёплое питьё. При переломах таза и позвоночника ребёнка транспортируют лежащим на носилках, под колени подкладывают небольшой валик.

Раны

Если рана поверхностная и небольшая по размеру, родители вполне могут самостоятельно оказать первую доврачебную помощь.

Советы врача - Перед наложением повязки промойте 0,1% раствором марганцовки (порошок на кончике ножа растворите в $\frac{1}{2}$ стакана кипяченой воды и процедите раствор через 2 – 3 слоя марли) или 3% раствором перекиси водорода. Через кусочек стерильного бинта прижмите кровоточащие места на 5 -7 минут. Наложите на рану кусочек бинта, смоченного раствором марганцовки, и туго перевяжите. Кровотечение остановиться быстрее, если вы поднимете как можно выше травмированную руку или ногу. При смене повязки предварительно отмочите присохший к ране бинт тёплым раствором марганцовки или просто кипяченой водой.

Глубокую рану не промывают никакими жидкостями. Вокруг раны, но не саму рану, надо смазать спиртовым раствором йода или бриллиантовой зелени. Срочно обращайтесь в близлежащее лечебное учреждение.

Народные средства для заживления ран:

Прикладывают к ране внутреннюю, мясистую часть комнатного растения алоэ.

Накладывают на рану промытый кипяченой водой лист каланхоэ.

Прикладывают к ране свежую, растолченную траву тысячелистника обыкновенного или тампон, смоченный соком этой травы.

Вывихи конечностей

Ни в коем случае не пытайтесь сами вправлять вывих!

Советы врача - Когда вывихнут один из суставов верхней конечности, поврежденную конечность подвесьте на косынке, завязанной на шее.

При вывихе сустава нижней конечности уложите пострадавшего, обложите больную ногу подушками или свернутыми валиком полотенцами, чтобы обеспечить ей полный покой, и немедленно доставьте ребёнка в травматологический пункт.

