

Будьте здоровы!!!



ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ

ГБУ ДО ДДЮТ "На Ленской",
методический отдел

Здоровье — великое дело как для того, кто им пользуется, так и для других.

(Томас Карлейль)



Чтобы быть здоровым:

Правило 1. Соблюдайте чистоту!

Правило 2. Соблюдайте здоровый режим!

Правило 3. Правильно питайтесь!

Правило 4. Ведите активный образ жизни!

Правило 5. Улыбайтесь!



Хорошее здоровье – это основа счастливой и продолжительной жизни!



Девять десятых нашего счастья зависит от здоровья.
(Шопенгауэр)



**Охрана здоровья —
это важнейшая задача для каждого!**

Очевидно, что здоровье зависит прежде всего от самого человека, от его осознанного отношения к формированию, укреплению и сохранению своего здоровья, здоровья членов своей семьи, и особенно детей.

Охрана здоровья является гарантом сохранности хорошего самочувствия, что является основой счастливой и продолжительной жизни



Травмоопасные ситуации могут произойти
с каждым.



Грамотное **оказание первой помощи**
сбережет здоровье ВАМ и вашим близким!



Первая помощь до оказания
медицинской помощи оказывается
гражданам при несчастных случаях,
травмах, отравлениях и других
состояниях и заболеваниях, угрожающих
их жизни и здоровью



Вызов скорой помощи «03»

Важно! Грамотный вызов сокращает время прибытия бригады.

ВНИМАНИЕ! Указывайте количество пострадавших!

ПОМНИТЕ! Одна бригада – один пострадавший!

Если пострадавших больше трех, звоните в службу спасения «01»

Вызывая скорую помощь необходимо:

- Запомнить номер диспетчера, принявшего вызов.
- Сообщить: пол, возраст, что случилось (коротко), адрес.
- Кто вызвал, оставить свой номер телефона.
- Взять у диспетчера «03» номер наряда.
- Не пренебрегать советом, который может дать диспетчер.
- При необходимости попросить диспетчера переключить на специалиста.



Бригада скорой помощи прибыла:

- Встретить специалистов
- Не мешать
- Уточнить их номер наряда.



ВАЖНО! Отсутствие медицинского
страхового полюса —
не является поводом к отказу от вызова!

Первая помощь при ранах:

- Прекращение действия травмирующих факторов.
- Остановка кровотечения.
- Обработка раны.
- Наложение стерильной повязки.
- Обездвиживание тела подручными средствами.
- Обезболивание.
- Транспортировка или вызов «скорой помощи» пострадавшему.



Раны – это нарушения целостности кожных покровов, слизистых оболочек, тканей, вызванные механическими, термическими, химическими и другими воздействиями, приводящие к расстройствам функций органов или всего организма.

Первая помощь при ушибах, растяжении и разрывах связок



ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ ПРИ
УШИБАХ, РАСТЯЖЕНИЯХ И РАЗРЫВАХ СВЯЗОК И МЫШЦ

Наложить холод на поврежденное место

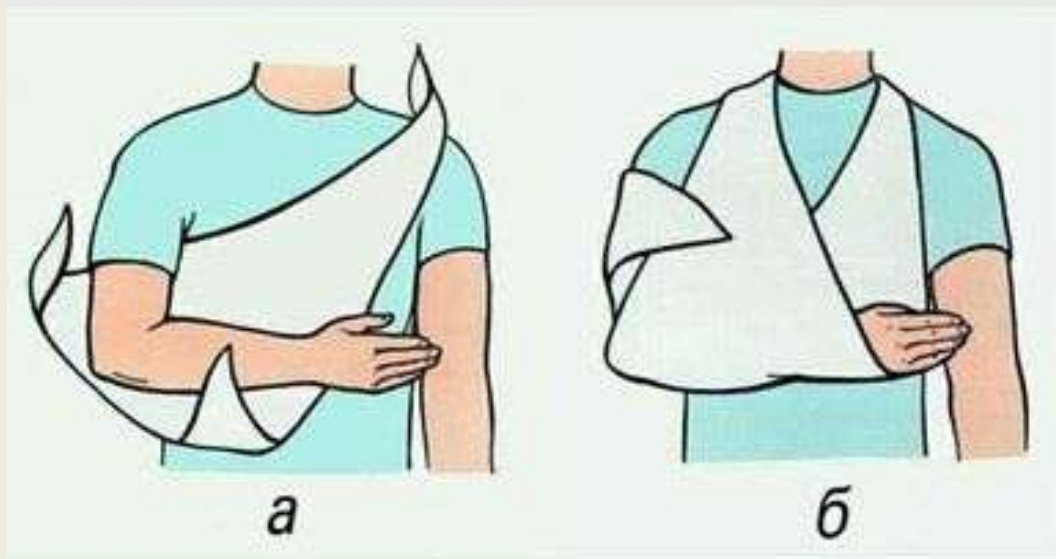
Наложить на поврежденное место тугую повязку

Дать пострадавшему обезболивающее средство

Обеспечить поврежденной конечности покой и придать ей
возвышенное положение

Доставить пострадавшего в медицинское учреждение

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ПЕРЕЛОМАХ

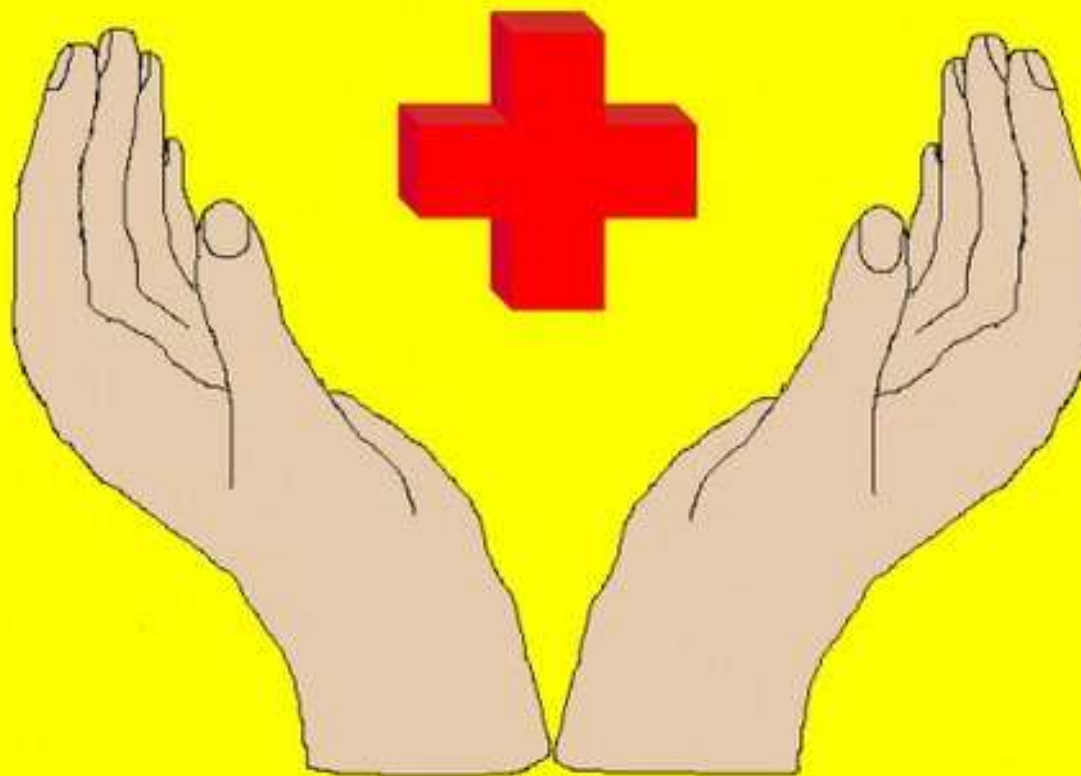


При оказании первой помощи следует стремиться как можно меньше шевелить сломанную ногу или руку, обеспечить покой конечности путем наложения шины. В качестве шины при отсутствии табельной можно использовать любые твердые материалы: доски, фанеру, полки, ветки и т.д.

Оказание первой помощи при ожогах



ТВОЕ ЗДОРОВЬЕ В ТВОИХ РУКАХ!



Будьте здоровы!



PP4WEB.ru