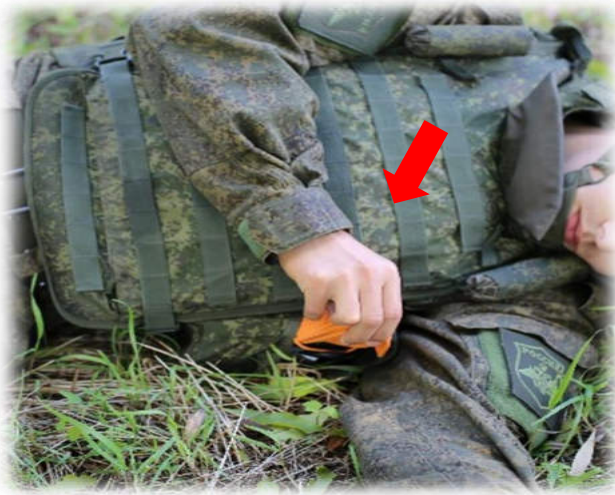


# ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ

## I. САМОПОМОЩЬ

а) наложение жгута на верхнюю конечность:



При сильном кровотечении из раны верхней конечности быстро повернись и навались телом на плечо поврежденной конечности - **ПРИЖМИ ПЛЕЧЕВУЮ АРТЕРИЮ ВЕСОМ СВОЕГО ТЕЛА!**

Достань из аптечки жгут.



Сильно растяни жгут. Первый тур накладывай у основания плеча **«ВЫСОКО И ТУГО»**. Останови кровотечение первым туром жгута!



Плотно наложи последующие туры жгута и зафиксируй его. Укажи время наложения.

Жгут накладывают

**не более, чем на:**

- 2 часа летом
- 1 час - зимой!

б) наложение турникета на верхнюю конечность:



**Быстро наложи турникет  
у основания плеча  
«ВЫСОКО И ТУГО»!**



**Быстро вращай закрутку  
турникета  
ДО ОСТАНОВКИ  
КРОВОТЕЧЕНИЯ!**



**Зафиксируй закрутку  
турникета, **УКАЖИ ВРЕМЯ  
НАЛОЖЕНИЯ НА  
ЦИФЕРБЛАТЕ.****  
**Турникет накладывают  
не более, чем на:**  

- 2 часа летом
- 1 час - зимой!

**в) использование подручных средств на верхней конечности:**



Нет жгута или турникета –  
используй подручные средства.  
Быстро сними ружейный или  
поясной ремень, застегни или  
свяжи его петлей. Наложил  
петлю у основания плеча  
**«ВЫСОКО И ТУГО»!**



Продень шомпол в петлю,  
быстро вращай закрутку  
**ДО ОСТАНОВКИ  
КРОВОТЕЧЕНИЯ!**

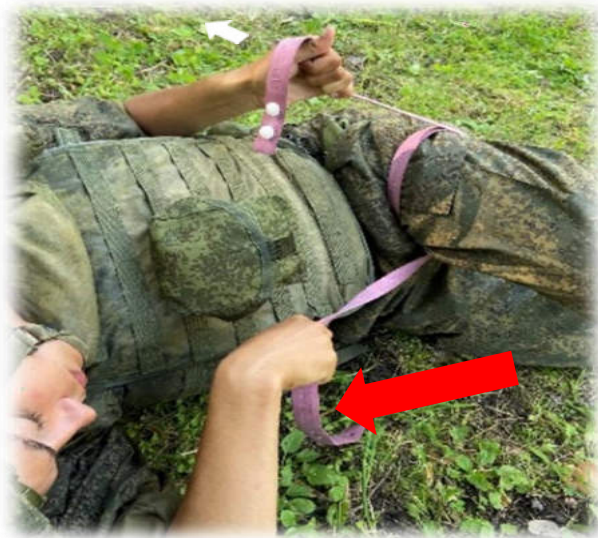


Зафиксируй шомпол.  
Укажи время наложения  
закрутки.  
Закрутку накладывают  
не более, чем на:  
• 2 часа летом  
• 1 час - зимой!

г) наложение жгута на нижнюю конечность:



При сильном кровотечении из раны нижней конечности быстро и сильно прижми бедренную артерию рукой. Достань из аптечки жгут.



Сильно растяни жгут. Первый тур накладывай у основания бедра **«ВЫСОКО И ТУГО»**. Останови кровотечение первым туром жгута!



Плотно наложи последующие туры жгута и зафиксируй его. Укажи время наложения. Жгут накладывают не более, чем на:

- 2 часа летом
- 1 час - зимой!

д) наложение жгута на шею:



При сильном кровотечении из раны шеи быстро и сильно прижми сонную артерию рукой.

Достань из аптечки **ЖГУТ И ПЕРЕВЯЗОЧНЫЙ ПАКЕТ!**



Сильно прижми перевязочный пакет к сонной артерии. Свободной рукой возьми жгут и сделай им тур через перевязочный пакет под противоположное плечо.



Сильно растяни жгут и затяни первый тур. Останови кровотечение первым туром жгута!



Плотно наложи последующие туры жгута и зафиксируй его. Укажи время наложения.

Жгут накладывают

**не более, чем на:**

- 2 часа летом
- 1 час - зимой!

е) наложение повязки на рану:



Для остановки кровотечения из раны используйте гемостатическую салфетку типа гепоглос. Плотнo затампонируйтe салфеткой кровоточащую рану.

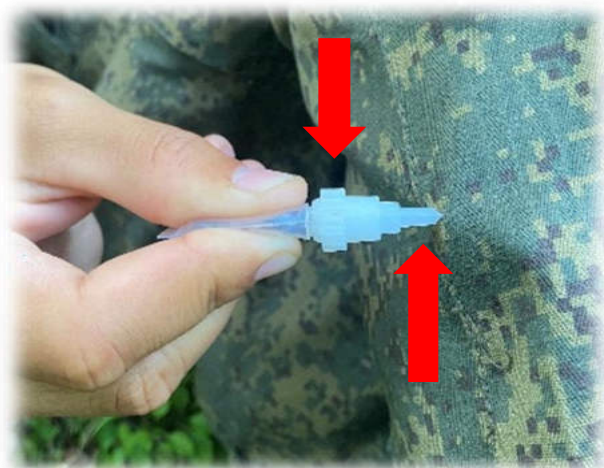


Используйте компрессионно-бандажную повязку. **ПЛОТНО НАЛОЖИ ЕЕ НА РАНУ!**

ж) обезболивание:



Для снятия сильной боли используйте анальгетик из аптечки в шприц-тюбике **С БЕЛЫМ КОЛПАЧКОМ!** Вращательным движением проверните ребристое основание иглы до упора **ПО ХОДУ ЧАСОВОЙ СТРЕЛКИ.**



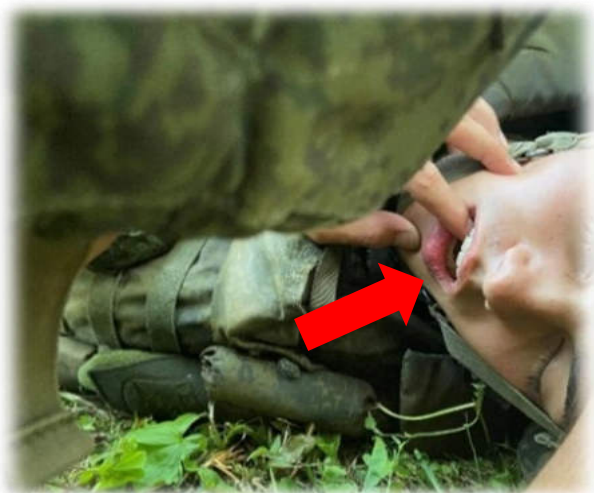
Снимите **БЕЛЫЙ** колпачок с иглы, введите иглу резким колющим движением на всю длину в мягкие ткани бедра (ягодиц, плеча). Выдавите **ВСЕ СОДЕРЖИМОЕ** шприц-тюбика, извлеките иглу не разжимая пальцев. Использованный шприц-тюбик вложите в аптечку! **УКАЖИ ВРЕМЯ ОБЕЗБОЛИВАНИЯ!**

## II. ВЗАИМОПОМОЩЬ



Если раненый без сознания –  
убедись, что нет асфиксии и  
сильного кровотечения.

**Проверь пульс.  
Послушай дыхание.**



Если у раненого асфиксия –  
рот забит инородными  
предметами, кровью,  
рвотными массами –  
аккуратно поверни ему голову  
на бок –

**БЫСТРО ОЧИСТИ  
ПОЛОСТЬ РТА  
для восстановления дыхания!**



Быстро найди место ранения –  
последовательно осмотри  
голову,  
конечности, спину и таз.  
Поверни на бок и осмотри  
сзади.

**Для остановки сильного  
кровотечения из раны  
используй жгут или турникет  
из его аптечки.**



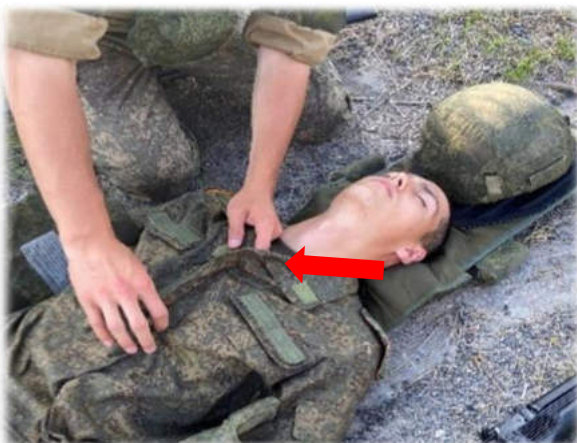
**Обеспечь раненому  
безопасность –  
перемести его в укрытие.  
Если раненый в сознании – он  
наблюдает за опасным  
сектором.**



**Если раненый без сознания –  
перемещай его лицом вниз,  
постоянно наблюдай за  
опасным сектором!**



**Если раненый без сознания,  
отсутствует сердцебиение и  
дыхание –  
срочно проведи базовую  
сердечно-легочную  
реанимацию!**



**Быстро уложи его на ровную  
поверхность!  
Освободи грудную клетку от  
одежды!**





Аккуратно запрокинь голову, выдвини нижнюю челюсть и открой ему рот.

**В течении 10 секунд проверь наличие самостоятельного дыхания!**



Если дыхание отсутствует – без промедления переходи к непрямому массажу сердца! Расположи руки на нижней половине грудины.

**При выполнении компрессий руки не должны быть задействованы, основную нагрузку должны нести мышцы туловища!**



Не сгибая руки в локтях сделай **30 компрессий с глубиной 5-6 см и частотой 100-110 в минуту**. Сразу переходи к проведению искусственного дыхания «рот-в-рот»!



Сделай два полных выдоха в рот раненому. Скорость выдоха 1-2 секунды. Наблюдай за грудной клеткой – грудь должна приподниматься. **Проведи непрерывно 5 циклов базовой сердечно-легочной реанимации – проверь пульс и дыхание!**



**При ранении или травме глаз  
закрой поврежденный глаз  
щитком из подручных средств.  
Щиток накрой подушечкой от  
перевязочного пакета.**



**Наложите первичную повязку.**



**Наложенный  
кровоостанавливающий жгут  
нельзя закрывать повязкой.  
Используй элементы  
обмундирования или  
подручные средства для  
иммобилизации конечности.**



При ранении в грудь – быстро наложи окклюзионную повязку!

**Используй перевязочный пакет из аптечки раненого.** Освободи грудную клетку от одежды, закрой рану плотно прижав оболочку от перевязочного пакета внутренней стороной.



Наложить поверх оболочки подушечки перевязочного пакета.



Наложить окклюзионную повязку **ТУГО И ПЛОТНО!**



При переломах костей таза уложи раненого на спину и наложи поясной ремень на уровне вертелов бедренных костей.

Слегка согни ноги в коленных суставах и свяжи их. Подложи под колени валик из обмундирования или плащ-палатку.



**При травматической ампутации конечности подушечками перевязочного пакета плотно оберни рану культи.**

**Наложь первичную повязку на культю конечности!**



**Обязательно выполни иммобилизацию поврежденной конечности:**

**прибинтуй ее к здоровой!**



**Наложь на ожоговую рану гидрогелевую повязку.**

Источник и подробная информация о действиях на сайте:  
<http://www.vmeda.org> (образование - тактическая медицина - первая помощь).