

***Надання домедичної допомоги
постраждалим у разі виникнення НС.***

Домедична допомога

– комплекс негайних заходів, які проводяться людині, що раптово захворіла або постраждала від дії зовнішніх факторів до її передачі, в разі потреби, під опіку кваліфікованому медичному персоналу.

Коли трапляється нещасний випадок, **час не на вашому боці.** Постраждалому треба якнайшвидше надати ефективну допомогу, від якої часто залежить не тільки тривалість та важкість процесу відновлення його здоров'я, а можливо навіть і життя людини. Тому, щоб діяти ефективно в таких ситуаціях, необхідно розуміти головні принципи домедичної допомоги

Головні принципи домедичної допомоги

1. «Не панікуйте».

Незалежно від того чи в людині зупинилося серце, чи просто біжить кров з глибоко порізаного пальця, люди, які стали свідками таких випадків, можуть піддатися паніці та діяти не адекватно. Завжди зберігайте спокій та здоровий глузд, не піддавайтеся паніці оточуючих та самі не створюйте її.

2 «Підбайте про безпеку!»

Порятунок постраждалого не повинен наражати на небезпеку вас, інших рятівників, саму жертву чи будь кого з оточуючих.

3. «Припиніть дію ушкоджуючого фактору».

Якщо ви стали свідком нещасного випадку, перше, що треба зробити – припинити дію ушкоджуючого фактору – витягти з води, відтягти від електричного струму, загасити одяг, припинити дію газів, підвищеної температури, холоду та таке інше.

4. «Визначити хто тут головний».

Якщо ви не медик, з'ясуйте чи нема їх серед оточуючих. Якщо ви виявились самим кваліфікованим-беріть ситуацію під свій контроль. Ваші дії повинні бути впевненими, рішучими, накази та прохання чіткими та зрозумілими.

5. «Що тут сталося?»

Розпитайте свідків, якщо можливо самого потерпілого, огляньте місце, де стався нещасний випадок, щоб максимально зрозуміти те що сталося і визначити причини і механізми ушкоджень.

6. «Оцініть стан постраждалого і дійте!»

На цьому етапі вам необхідно з'ясувати наскільки отримані ушкодження загрожують життю чи втраті здоров'я людини і відповідно до цього розпочинати рятувальні дії.

Для оцінки ситуації використовуйте мнемонічне правило ABCDE:

A: Airway – дихальні шляхи (Чи вільні дихальні шляхи?)

B: Breathing – дихання (Чи наявне дихання?)

C: Circulation – кровообіг: пульс/кровотечі (чи є пульс та зовнішні кровотечі? Якщо є велика артеріальна кровотеча - швидко зупиніть її в першу чергу)

D: Disability – недієздатність (Чи наявна фізична або психічна недієздатність?)

E: Expose – проводьте подальший аналіз стану і надання допомоги

7. «Телефонуйте 103!»

Якщо стан постраждалого такий, що вимагає невідкладної допомоги телефонуйте 103, якщо ніхто з оточуючих цього ще не зробив.

8. «Не нашкодь!»

Приступаючи до надання власне домедичної допомоги завжди майте на увазі: якщо ви не впевнені, що не заподієте шкоди якимсь втручанням, краще не робіть його.

9. «Дійте швидко – час не на вашому боці!»

Коли трапляється нещасний випадок, постраждалому треба як найшвидше надати ефективну допомогу, яку ви повинні розпочати практично одночасно із з'ясуванням всіх інших обставин.

10. «Передайте постраждалого під опіку кваліфікованого медичного персоналу!».

Передати постраждалого професійним медикам по суті ваше головне і єдине завдання, зробивши при цьому все від вас залежне, щоб процес подальшої допомоги був найбільш ефективним.