



Предупреждение

и оказание первой помощи при травмах и ушибах.

Травматизм - часть общей заболеваемости населения. Среди всех причин первичной инвалидности и смертности травмы занимают третье место, а у лиц трудоспособного возраста травмы занимают первое место среди причин смертности. Задачей изучения повреждений является не только лечение повреждений, но и предупреждение их.

Различают травматизм:

1. Производственный:

- промышленный;
- строительный;
- сельско-хозяйственный и др.

2. Непроизводственный:

- бытовой;
- уличный;
- спортивный и др.

Вопросы профилактики травматизма (в первую очередь производственного травматизма) находятся в ведении администрации предприятия и профсоюзных организации. На крупных предприятиях имеются отделы или бюро техники безопасности, на мелких предприятиях, учреждениях и в сельскохозяйственном производстве эти функции выполняет инженер по технике безопасности. Данные о производственном и других видах травматизма позволяют выявить существующие закономерности, определить правильные пути и методы эффективной борьбы с ним, дают возможность травматологической службе правильно планировать силы и средства для организации квалифицированного лечения пострадавших от травм.

Профилактика травматизма.

Что может способствовать снижению уровня травматизма и гибели людей?

во-первых, обеспечение безопасности, соблюдение правил безопасности и повышение мер ответственности за их нарушение;

во-вторых, умение оказать первую помощь, пропаганда ведения здорового и безопасного образа жизни широкими массами населения.

В нашей стране предусмотрено осуществление общегосударственных мероприятий, направленных на предотвращение травматизма и происшествий.

Травматизм может быть предотвращен, только благодаря организованным совместным усилиям всего общества.

Будьте внимательны и осторожны в зимнее время, особенно в гололед !

Во избежание опасности: внимательно смотрите под ноги; ступайте не широко, шагайте медленно; наступайте на всю подошву, но не на носок, не на стопу; сторонитесь неочищенных улиц и обходите скользкие места; ходите там, где тротуары посыпаны песком; прикрепите к подошве обуви полоску наждачной бумаги или обычного лейкопластыря; лучше пользоваться обувью с рифленой подошвой; девушкам на время гололеда стоит забыть о высоких, тонких каблуках.

Классификация и виды травм.

Все травмы можно разделить на две группы:

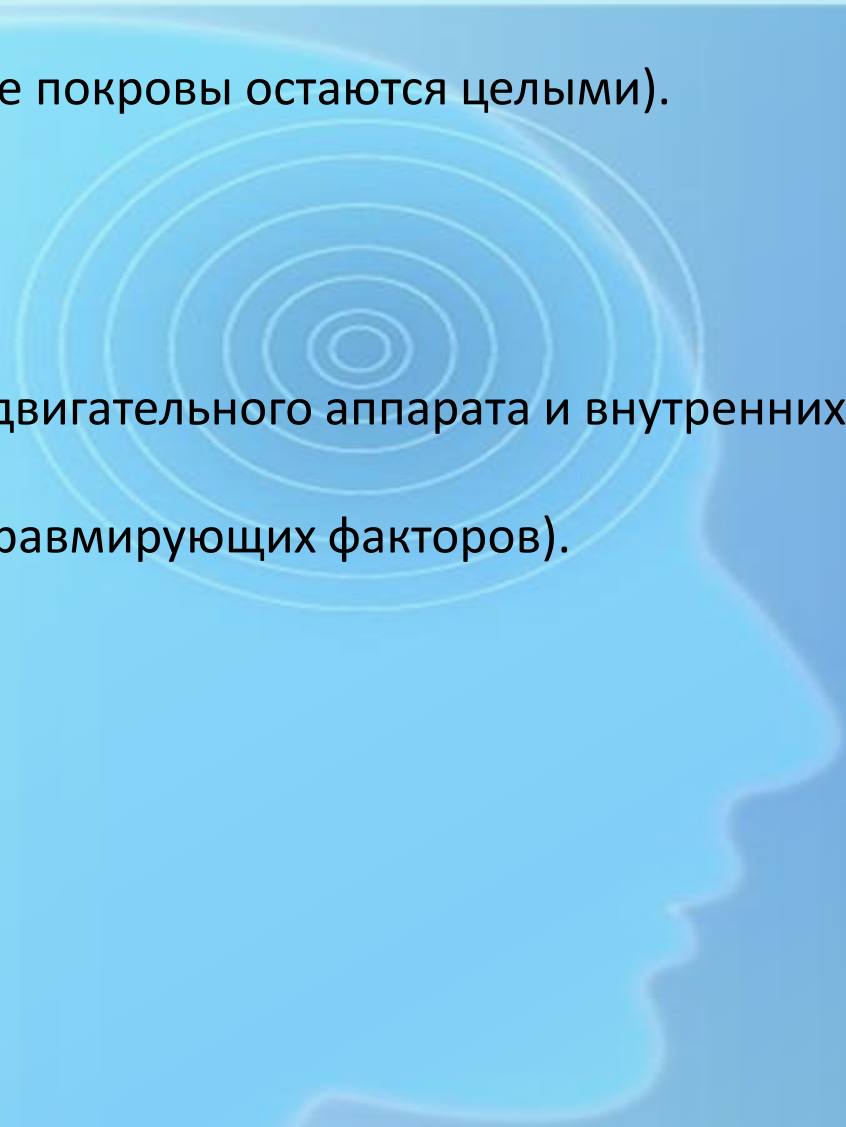
- открытые (поврежден покров организма);
- закрытые (внутренние травмы, при которых кожные покровы остаются целыми).

По характеру повреждения травмы могут быть:

- одиночные (когда поврежден один орган);
- множественные (ряд однотипных повреждений);
- сочетанные (повреждение одновременно опорно-двигательного аппарата и внутренних органов);
- комбинированные (повреждения от двух и более травмирующих факторов).

По степени тяжести травмы делятся на:

- легкие (ушибы, растяжения);
- средние (вывихи, переломы);
- тяжелые (сотрясение мозга).



Оказание первой помощи при травмах.

Общие принципы оказания помощи:

- устранить воздействие на организм повреждающих факторов, оценить состояние пострадавшего;
- определить характер и тяжесть травмы, наибольшую угрозу и последовательность оказания помощи;
- выполнить мероприятия по оказанию помощи пострадавшему в порядке срочности;
- вызвать скорую медицинскую помощь, если нужно.



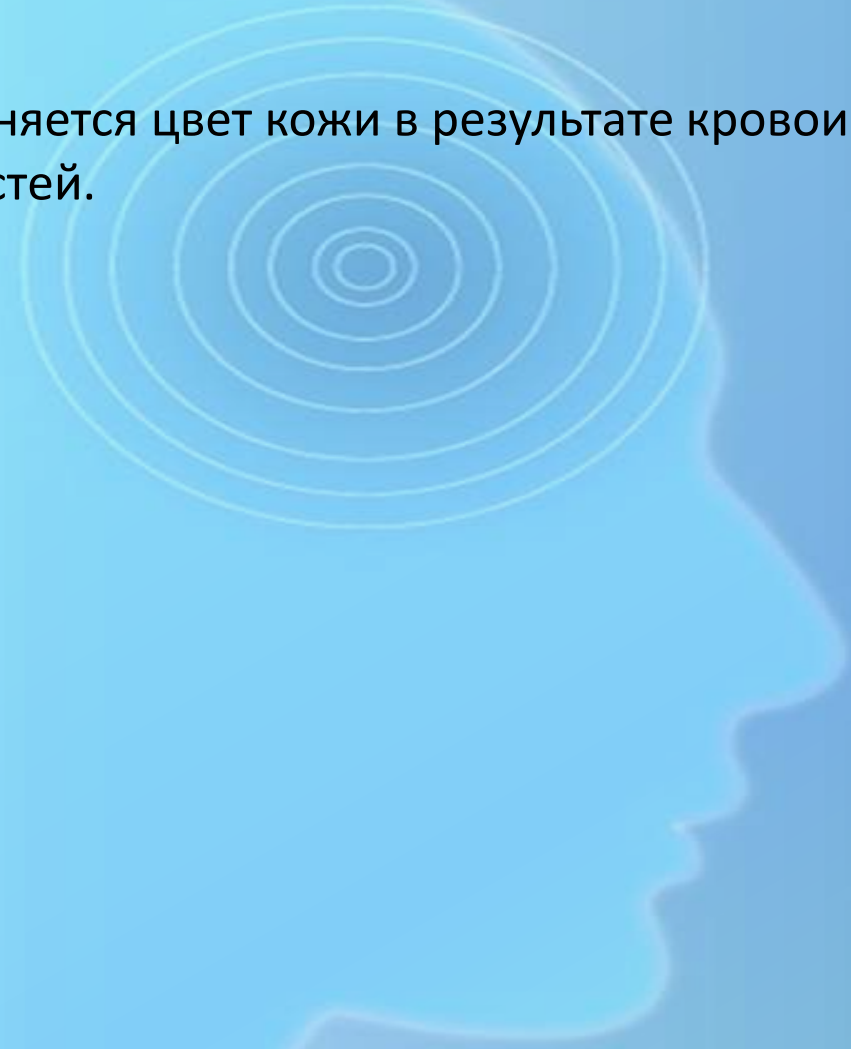
Основные принципы оказания первой помощи:

- при ушибах накладывают давящую повязку, применяют холод, создают покой;
 - при травмах головы применяется «холод» на голову и создается полный покой пострадавшему до приезда врачей;
 - при травме позвоночника аккуратно (чтобы тело не сгибалось) повернуть пострадавшего лицом вниз, в таком же положении транспортировать пострадавшего в больницу;
 - при вывихе конечностей, необходимо обеспечить неподвижность поврежденной конечности до приезда врачей;
 - при растяжении связок (чаще всего в голеностопном и лучезапястном суставах) помощь заключается в тугом бинтовании, обеспечении покоя и прикладывании холода. Поврежденная конечность должна быть приподнята;
 - при переломах стоит обеспечить неподвижность костей в месте перелома с помощью специальных шин или подручных средств;
- спортивные травмы
- при травмах сустава необходимо обеспечить полную неподвижность сустава до приезда врача;
 - раны нужно промыть перекисью водорода и обработать вокруг йодом.

Ушибы – это повреждения мягких тканей без нарушения целостности общего покрова. Нередко они сопровождаются повреждением кровеносных сосудов и развитием подкожных кровоизлияний (гематом). Поэтому ушибы мышц называются еще синяками.

Характерные признаки.

На месте ушиба возникает боль, припухлость, изменяется цвет кожи в результате кровоизлияния, нарушаются функции в области суставов и конечностей.





Первая помощь.

Пострадавшему необходимо обеспечить полный покой. Если на месте ушиба имеются ссадины, их смазывают спиртовым раствором йода или бриллиантовой зеленью. Для профилактики развития гематомы и уменьшения боли место ушиба орошают хлорэтилом, кладут пузырек со льдом, снегом, холодной водой или кусочки льда, обернутый полиэтиленовой пленкой, полотенце (салфетку), смоченное в холодной воде и слегка отжатое, после чего накладывают давящие повязки. Если гематома образовалась, то для ее быстрого рассасывания на третьи сутки к месту ушиба прикладывают сухое тепло: грелку с горячей водой либо мешочек с подогретым песком.

При ушибах конечностей обеспечивают неподвижность ушибленной области наложением тугой повязки.