

# ПИЩЕВЫЕ ОТРАВЛЕНИЯ

Рекомендация для родителей

## ПРИЗНАКИ:

Тошнота, рвота, боль в животе, понос, озноб, температура тела 37,5-39,0 С и выше, головная боль, головокружение, судороги.

## ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ:

Как можно быстрее вывести из организма!

1. Промыть желудок (выпить несколько стаканов воды комнатной температуры с последующим механическим раздражением корня языка до появления рвоты).
2. Принять солевое слабительное (20-30 г сульфата магния – магния в 400-500 мл воды). Ни в коем случае нельзя принимать закрепляющие средства.
3. Принять адсорбенты (активированный уголь внутрь в виде водной кашицы из расчета – 1 таблетка на каждые 10 кг веса пострадавшего). Повторять прием каждые 3 часа до тех пор, пока стул не станет черным.
4. Много пить (теплая вода с лимоном, подсоленная вода, теплый крепкий чай, минеральная вода без газа). Можно приготовить солевой раствор самим: на 1 литр теплой воды 1 чайную ложку пищевой соды и 2 чайных ложки сахара. В сутки прием жидкости должен составлять не менее 2-3 литров.
5. Уложить больного в постель.

Обратиться по телефону 03 для консультации или вызова бригады скорой медицинской помощи.



# УТОПЛЕНИЕ

Рекомендация для родителей

## ПРИЗНАКИ:

Потеря сознания, отсутствие дыхания и сердцебиения, выделение из носа или рта воды или пенистой жидкости.

## ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ:

1. Прежде всего, дать себе секунду на размышление, нет ли рядом спасательного средства? Им может быть все, что увеличит плавучесть человека и что вы в состоянии до него добросить. Если нет, ободрите криком потерпевшего и идите на помощь.
2. Подплыв к утопающему, надо поднырнуть под него и взяв сзади одним из приемов захвата (классически - за волосы), транспортировать к берегу.
- ВАЖНО!** В случае если утопающему удалось схватить вас за руки, шею или ноги, освобождайтесь и немедленно ныряйте - инстинкт самосохранения заставит потерпевшего вас отпустить.
3. Если человек уже погрузился в воду, не бросайте попыток найти его на глубине, а затем вернуть к жизни. Это можно сделать, если утонувший был в воде около 6 минут.
4. Вытащив на берег, осмотрите потерпевшего: рот и нос могут быть забиты тинной или песком, их надо немедленно прочистить (пальцами, повернув голову человека набок).
5. Положите пострадавшего животом на свое колено (голову свесить лицом вниз) и сильно нажав, выплесните воду из желудка и дыхательных путей.
6. Переверните потерпевшего на спину, расстегните ему пояс и верхние пуговицы. Положите его на твердую поверхность и запрокиньте голову так, чтобы язык не закрывал гортань. Зажмите ноздри пострадавшему и начинайте проводить искусственное дыхание по принципу изо рта в рот.
7. При отсутствии признаков сердечной деятельности производят одновременно с искусственным дыханием и непрямой массаж сердца. Расположившись сбоку от пострадавшего, положите выпуклую часть ладони одной руки на нижнюю часть грудины (на два пальца выше нижнего её края), не касаясь пальцами тела, а ладонь второй - на первую, и сплести пальцы или скрестите ладони. Плечи оказывающего помощь должны быть над грудью пострадавшего, а руки выпрямлены и, не сгибая их, энергичными толчками надавливать на грудную стенку, используя при этом и массу собственного веса. Необходимо выполнять 2 вдувания воздуха методом «рот в рот» после 30 надавливаний на грудную клетку. Продолжать реанимацию в соотношении 30:2 до прибытия скорой медицинской помощи и до появления самостоятельного дыхания.
8. Немедленно обратиться по телефону 112 (с мобильного) или 03.



ДЕПАРТАМЕНТ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
КОСТРОМСКОЙ ОБЛАСТИ



ОГБУЗ "Центр медицинской профилактики  
Костромской области"

☎ (4942) 45-01-35  
📍 г. Кострома, ул. Ленина, 151  
✉ [cmp@lpu.dzo-kostroma.ru](mailto:cmp@lpu.dzo-kostroma.ru)

🌐 [ok.ru/zdorovaya.kostroma/](http://ok.ru/zdorovaya.kostroma/)  
📺 [vk.com/zdorovaya\\_kostroma](http://vk.com/zdorovaya_kostroma)

## ОСНОВЫ ПЕРВОЙ ДОВРАЧЕБНОЙ ПОМОЩИ ПРИ НЕСЧАСТНЫХ СЛУЧАЯХ ЛЕТОМ

# УКУСЫ ЗМЕЙ, НАСЕКОМЫХ

Рекомендация для родителей

## Укус змеи

### ПРИЗНАКИ:

Точечные парные раны на месте укуса, отек кожи, иногда пузыри, сильная боль в месте укуса.

### ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ:

1. Место укуса ничем не обрабатывать!
2. Придать пострадавшей конечности возвышенное положение.
3. Наложить на рану чистую повязку.
4. Из подручных средств соорудить шину и прибинтовывать к поврежденной конечности.
5. Дать пострадавшему 1-2 таблетки супрастина (тавегила) или диазолина.
6. Обильно напоить водой.
7. Немедленно обратиться по телефону 03.

## Укус пчелы

### ПРИЗНАКИ:

Покраснение, отек, боль в месте укуса.

### ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ:

1. Удалить чистыми руками жало из раны.
2. Смазать место укуса йодом (водкой), 3% перекисью водорода.
3. Приложить к месту укуса холод (пузырь со льдом, мокрое полотенце).
4. Дать пострадавшему 1-2 таблетки супрастина (тавегила), диазолина.
5. При ухудшении самочувствия вызвать скорую медицинскую помощь.

## Укус клеща

### ПРИЗНАКИ:

В ранке виден всосавшийся клещ.

### ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ:

1. Немедленно обратиться в ближайшую поликлинику или травматологический пункт для удаления насекомого и экстренного профилактического лечения.
2. При любом повышении температуры, головной боли, головокружении, рвоте или появлении в месте укуса красного пятна более 5 см в течение 21 дня с момента укуса клеща следует обратиться к терапевту или врачу инфекционисту по месту жительства.



# СОЛНЕЧНЫЙ УДАР

Рекомендация для родителей

### ВАЖНО!

Детям, особенно в возрасте до 3-х лет, необходимо пользоваться солнцезащитными средствами.

При открытых солнечных лучах использовать головной убор - панамка, кепка или другой головной убор, лучше из ткани светлых тонов и с «дышащими» дырочками.

Поддерживайте водно-солевой баланс у ребенка. В возрасте от 1 года до 3 лет воду давать практически без ограничений, поскольку ребенок активно двигается. Нормальное потребление в этом возрасте: в рамках 1–1,2 литра. От 3 до 7 лет. Норма - 1,5–1,7 литра в сутки.

### ПРИЗНАКИ:

Слабость, вялость, усталость, сонливость, жажда, сухость во рту, учащение дыхания, головокружение и нарастающая головная боль. Могут возникнуть потемнение в глазах, «мушки», двоение объектов, трудности при концентрации взгляда. Повышается температура тела, возможно появление тошноты и рвоты.

### ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ:

1. Перевести или перенести пострадавшего в тень или прохладное помещение с достаточным кислородом и нормальным уровнем влажности.
2. Обязательно положить пострадавшего.
3. Ноги следует приподнять, подложив под зону щиколоток любые вещи (например, сумку).
4. Освободить от верхней одежды (особенно, сдавливающей шею и грудь, освободить от брючного ремня; если одежда синтетическая или из плотной ткани её лучше снять совсем).
5. Напоить пострадавшего большим количеством прохладной воды (лучше минеральной) с добавлением сахара и на кончике чайной ложки соли, или хотя бы простой прохладной водой.
6. Смочить лицо холодной водой.
7. На затылок, лоб и шею положить прохладные (не ледяные) мокрые компрессы.



**ЕСЛИ СОСТОЯНИЕ НЕ НОРМАЛИЗУЕТСЯ,  
НЕОБХОДИМА СРОЧНАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ!**