



ОБЛАСТНОЙ
ЦЕНТР МЕДИЦИНСКОЙ
ПРОФИЛАКТИКИ

ОСНОВЫ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ, КОТОРЫЕ НАДО ЗНАТЬ ДЕТЯМ



СОЛНЕЧНЫЙ УДАР

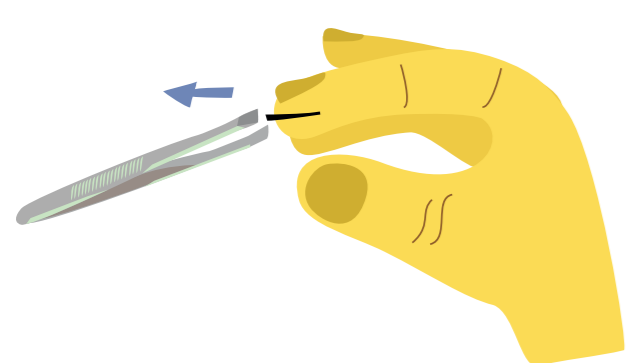
Признаки солнечного удара:

- Человек долго находился на солнце в жаркий день
- У него заметно участилось дыхание
- У него повысилась температура
- Кожа стала очень сухой и горячей



Что делать:

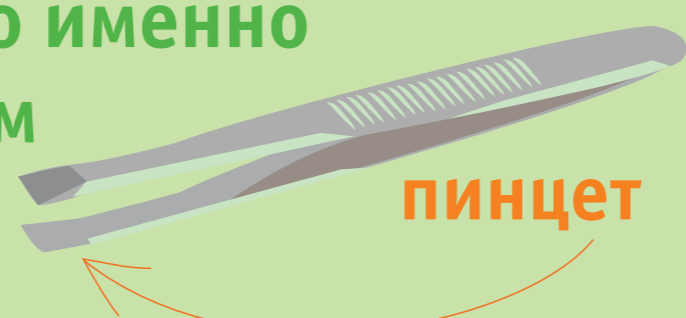
- Помочь человеку перейти в место, куда не попадают прямые лучи солнца
- Дать выпить воды
- Положить на лоб смоченную холодной водой ткань



ЗАНОЗА В ПАЛЬЦЕ

Нужно действовать очень аккуратно, чтобы справиться с занозой и не загнать занозу еще глубже или не занести в ранку инфекцию.

- Нужно обработать пинцет 3% перекисью водорода
- Аккуратно извлечь занозу (вытаскивать занозу нужно именно под тем углом, под которым она вошла в рану)



УКУС БЕСПРИЗОРНОГО ЖИВОТНОГО

Если вас укусила собака или кошка, необходимо:

- Промыть рану 3% перекисью водорода
- Смазать края йодом
- Обязательно обратиться за помощью к родителям или сразу в больницу



ВЫВИХ ИЛИ РАСТЯЖЕНИЕ

Во время активных игр дома и на свежем воздухе может случиться вывих или растяжение. Что необходимо делать:

- Обездвижить конечность
- Приложить холод
- А после этого обязательно позвонить родителям



Если с другим человеком что-то случилось, и никого нет рядом, то ты можешь помочь. Что делать:

- Не паникуй и не пугайся.
- Позвони в службу спасения 112 и правильно назови, где ты находишься и что произошло, ведь именно это сможет спасти жизнь.
- Не стоит стесняться звать на помощь незнакомых людей.
- Если видно, что человеку плохо или он теряет сознание, то необходимо сделать так, чтобы пострадавший не ударился головой обо что-то твердое, например, свернуть куртку и подложить ему под голову.
- После чего обязательно вызвать скорую помощь

по телефону
103, 112

Но помни, если в экстренном случае ты не уверен в правильности и безопасности своих действий, то лучше этого не делать.

Уважаемые взрослые! Эти простые правила предназначены для того, чтобы максимально просто объяснить вашему ребенку действия в критичные моменты. Обучите своего ребенка этим доступным вещам, чтобы он умел вести себя грамотно в чрезвычайных ситуациях.