



Что делать при тепловом и солнечном ударах

Переместите человека в тень на открытом воздухе, разденьте, дайте прохладное питьё, положите холодный компресс на голову, оботрите тело прохладной водой. При обморочном состоянии дайте ему понюхать нашатырный спирт. **Обязательно вызовите скорую помощь.**

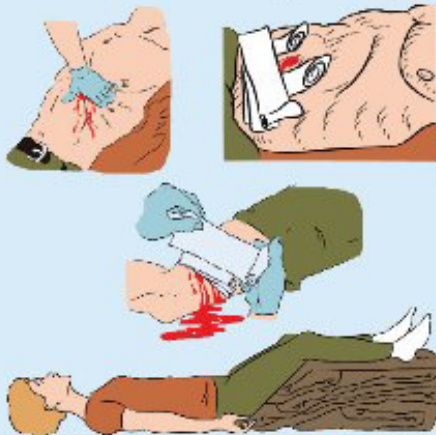
Что делать при отравлении растениями и грибами

Срочно вызовите скорую помощь по номеру 03, с мобильного — 030. Пока медицинские работники в пути, промойте желудок больному: дайте ему активированного угля, обильное питьё и постарайтесь вызвать рвоту.



Что делать при глубоких порезах

Промойте рану чистой прохладной водой, стяните пальцами края раны, чтобы остановить кровотечение, обработайте рану перекисью водорода (3%), а края раны – зелёной или йодом. Следите, чтобы они не попали в открытую рану, иначе появится химический ожог. Наложите стерильный бинт на рану и туго замотайте его сверху повязкой. Если рана на ноге, конечность нужно поднять над уровнем тела до остановки кровотечения. При сильном кровотечении или если пострадавшему не делали прививку от столбняка, вызывайте скорую помощь.



Иллюстрации: Лариса Юркович, Андрей Понкин, Александр Мельник. Москва, 2013, разработаны при поддержке Центра МЧС России в Краснодаре



Как уберечь себя на природе

С марта по ноябрь, пока тепло, все едут на природу. А там много опасностей. Чтобы поездка не стала фатальной, прочтите эту памятку. Это займёт 3 минуты и, возможно, спасёт вам жизнь.



Больше полезной информации на сайте KUBMED.ru

Общие правила поведения на природе



- дикие растения и грибы опасны, поэтому не ешьте их и не трогайте руками;
- пользуйтесь защитными средствами от насекомых, так вы защитите кожу;
- избегайте ульев и пасек, в схватке с пчёлами вы, скорее всего, проиграете;
- не пытайтесь убить осу, пчелу, шмеля или шершня – на их запах прилетят другие;
- от клещей сложно спрятаться, но если вы обуеете высокую плотную обувь, наденете носки, закрытую одежду и головной убор, у вас будет шанс;
- пейте больше жидкости, только не алкогольной;
- не торчите на солнце или в воде дольше 10-15 минут подряд;
- берите с собой аптечку, если её нет, купите (поверьте, это выгодная инвестиция).

Что делать при укусе насекомых или клеща



Если человека укусили шмель или пчела, удалите из раны жало. Если часть его осталась в коже, извлеките его стерильной иглой. Место укуса смажьте одеколоном, спиртом или водкой, затем кортикостероидной мазью. Можно ещё дать таблетку димедрола или супрастина и напоить пострадавшего горячим чаем.

Если пострадавшему не становится лучше (появился отёк или анафилактический шок), **вызывайте скорую помощь.**

Если укусил клещ, как можно скорее обратитесь в поликлинику по месту жительства или травмпункт. **Не пытайтесь самостоятельно извлечь клеща!** Если сделать это неправильно, часть его может остаться в коже, тогда начнётся воспаление.



Что делать при укусе ядовитой змеи



Сразу же вызывайте скорую помощь, дорога каждая секунда. Уложите пострадавшего, зафиксируйте укушенный участок тела, снимите с него все украшения, чтобы они не передавали кровоток при отёке.

В течение 15-20 мин. отсасывайте яд из раны, выплёвывая его. Затем дайте пострадавшему выпить много жидкости – это поможет скорее вывести яд из организма.

Ни в коем случае не пытайтесь вырезать участок кожи, куда был сделан укус, нельзя его прижигать и накладывать жгут на конечности. Не поите пострадавшего алкоголем – он усиливает действие яда!

Для заметок
