# Первая помощь при детских травмах

с детьми вечно что-то случается! То они в лужу упадут, то пальцы в розетку сунут. Для того, чтобы быть подготовленным к любым чрезвычайным ситуациям, мы опишем все необходимые действия родителя до приезда бригады скорой помощи. Ведь главное в этом деле – не навредить, а помочь.

### Солнечный или тепловой удар

Ситуация возникает при длительном нахождении ребенка под открытым солнцем без головного убора. Из-за прилива крови к мозгу появляются следующие симптомы:

* тошнота;
* рвота;
* поверхностное дыхание;
* судороги;
* потеря сознания.

Для того, чтобы оказать первую помощь, необходимо перенести пострадавшего в тень, раскрыть или снять с него одежду и уложить таким образом, чтобы голова находилась выше туловища. Лицо, шею и грудь ребенка следует обтереть холодной водой. Также для охлаждения необходимо положить на лоб холодное мокрое полотенце. Температуру сбивать детскими жаропонижающими средствами. Давать как можно больше пить.

### Обморожение

Повреждение тканей под воздействием холода может произойти не только в лютые морозы, но и даже при температуре 0 - +3 градуса. Такая ситуация нередко возникает в случае, если ребенок гулял в мокрой одежде или на сильном ветру.

Для оказания доврачебной помощи необходимо сохранить на поверхности поврежденного участка кожи минусовую температуру. Для этого накладывается термоизолирующая повязка, включающая в себя 4 слоя: бинт+вата+клеенка (или полиэтиленовый пакет)+шарф. Ребенку необходимо предоставить теплое питье, сверху укрыть одеялом.

Внимание! Ни в коем случае нельзя растирать кожу в месте обморожения снегом или варежками. Это приведет к повреждению кожи и в результате может возникнуть инфицирование. Также нельзя отогревать обмороженный участок теплой (а тем более горячей!) водой – могут возникнуть тяжелые последствия.

### Ожог

По статистике ожоги считаются самыми распространенными травмами в детском возрасте. При возникновении ожога необходимо оросить пострадавший участок холодной струей воды. Эти манипуляции продолжать в течение 10-15 минут. Никогда нельзя обрабатывать ожог [йодом](https://yandex.ru/health/pills/product/jod-40638?parent-reqid=1594119062544309-897560174663475157100136-man2-0369-man-shared-app-host-20030&utm_source=portal&utm_medium=turbo_articles&utm_campaign=yamd_crosslinks&utm_content=link_from_turbo_articles_to_pills), марганцовкой, маслом. Никаких «пописов» на поврежденную кожу, никаких прикладываний картошек и других немыслимых методов! При обширном ожоге важна каждая секунда – заворачиваем ребенка в чистую, только что проглаженную простыню, даем ему теплый чай и как можно скорее везем в клинику.

### Удар током

При получении электрической травмы ребенка незамедлительно нужно убрать от источника электроэнергии. Однако следует понимать, что в этот момент пострадавший сам становится проводником тока, и к нему можно дотрагиваться исключительно в резиновых перчатках или стоя на резиновой поверхности. Также электрические провода можно откинуть от ребенка при помощи сухой ветки.

В случае остановки дыхания необходимо провести массаж сердца. Для этого 30 раз нажимаем руками на грудь, затем 2 раза выдыхаем в рот воздух. Действия следует повторять до приезда скорой.

Даже если ребенок, получивший удар током, не жалуется на самочувствие, его в любом случае необходимо показать врачу. Отрицательное воздействие тока на организм может проявиться не сразу.

### Ушиб

Ушибами называются повреждения тканей организма без нарушения целостности кожных покровов. Основной симптом ушиба – синяк или гематома. После получения травмы ребенок ощущает боль, может возникнуть припухлость.

Главное действие родителей при ушибах – прикладывание к поврежденной области холода. Подойдет любой замороженный продукт из морозильной камеры, предварительно завернутый в платок или тонкое полотенце. Спустя 2-3 дня к месту ушиба, наоборот, прикладывается теплая грелка. В случае ушиба в области сустава необходимо его обездвижить.

Внимание! При сильном ударе в обязательном порядке нужно показать ребенка врачу для исключения серьезных вывихов и переломов.

### Растяжение или разрыв связок

В большинстве случаев при растяжении или разрыве связок страдает голеностопный сустав. После того, как ребенок подвернул стопу, он ощущает резкую боль. В это время на наружной поверхности сустава появляется отек.

При растяжении и разрыве связок на поврежденный сустав необходимо приложить холод и зафиксировать его восьмиобразной повязкой. Для того, чтобы подвернувшаяся нога не стала причиной трещины кости, ребенка рекомендуется показать врачу.

### Перелом

Это одна из наиболее опасных травм, требующая не только знаний о безотлагательной помощи, но и о последующей реабилитации. Наиболее опасными считаются открытые переломы, так как существует большой риск инфицирования через поврежденные ткани.

В случае открытого перелома, первые действия родителя – остановить кровотечение при помощи стерильной повязки (ниже по тексту мы подробнее разберем кровотечения). Если были обнаружены концы костей и осколки – ни в коем случае не пытаться их погрузить вглубь раны. Сломанные конечности необходимо обездвижить при помощи шины из подручных материалов. Это могут быть доски, палки, куски картона и т.д. При переломе руки можно прибинтовать ее к туловищу. Сломанную ногу можно аккуратно прибинтовать к неповрежденной ноге. Перемещать пострадавшего необходимо очень осторожно, не подвергая дополнительному травмированию.

При переломе позвоночника ребенка необходимо перемещать в положении лежа. Сидячее положение не допускается. Транспортировка происходит на щите или носилках с твердым каркасом. При подозрении на перелом тазовых костей пострадавшего следует положить на носилки, подложив под его согнутые разведенные колени валик.

### Рана

Любые, даже самые небольшие, раны являются открытыми воротами для инфекции. Нередко инфицирование происходит в результате неправильно оказанной помощи.

При возникновении раны поврежденную кожу очистить от грязи (движения совершаем от краев раны к ее наружной части), укрыть стерильной повязкой. При оказании помощи не исследуйте рану пальцами, не промывайте ее никакими жидкостями. При обработке [зеленкой](https://yandex.ru/health/pills/product/zelyonka-33107?parent-reqid=1594119062544309-897560174663475157100136-man2-0369-man-shared-app-host-20030&utm_source=portal&utm_medium=turbo_articles&utm_campaign=yamd_crosslinks&utm_content=link_from_turbo_articles_to_pills) или [йодом](https://yandex.ru/health/pills/product/jod-40638?parent-reqid=1594119062544309-897560174663475157100136-man2-0369-man-shared-app-host-20030&utm_source=portal&utm_medium=turbo_articles&utm_campaign=yamd_crosslinks&utm_content=link_from_turbo_articles_to_pills) следите, чтобы средство не попало на саму рану, только на ее края.

Если наложенная повязка пропитывается кровью, не пытайтесь ее снять, лучше сверху наложите еще один дополнительный слой бинта.

### Кровотечение

Тактика остановки кровотечений зависит от его вида. Так, при венозном или капиллярном кровотечении следует поднять травмированную конечность ребенка и наложить на рану давящую повязку. При артериальном – потребуется наложение жгута.

Для того, чтобы правильно наложить жгут, его следует зафиксировать на мягкую подкладку (подойдет любая ткань). При наложении необходимо следить за кровотечением: как только оно остановилось, давление жгута необходимо оставить на этом уровне. Туже не нужно!

Необходимо записать время наложения жгута и следить за тем, чтобы длительность перетягивания в летнее время не превышало 40 минут, в зимнее – 20. Для контроля над ситуацией не следует закрывать жгут одеждой.

### Черепно-мозговая травма

Главная задача родителей при получении ребенком травмы черепа – создание полного покоя. В случае открытой раны накладывается тугая стерильная повязка. При возникновении рвоты необходимо следить за тем, чтобы ребенок не захлебнулся рвотными массами. К врачу пострадавшего лучше нести на руках.

Внимание! При любых черепно-мозговых травмах ребенка необходимо в обязательном порядке показать врачу. Недооценка серьезности произошедшего может привести к серьезным последствиям: головным болям, нарушениям памяти, быстрой утомляемости и т.д.

Все эти рекомендации помогут вам не растеряться при несчастном случае и вовремя оказать своему ребенку грамотную доврачебную помощь. Но чтобы этого не пришлось делать, берегите своих детей!