

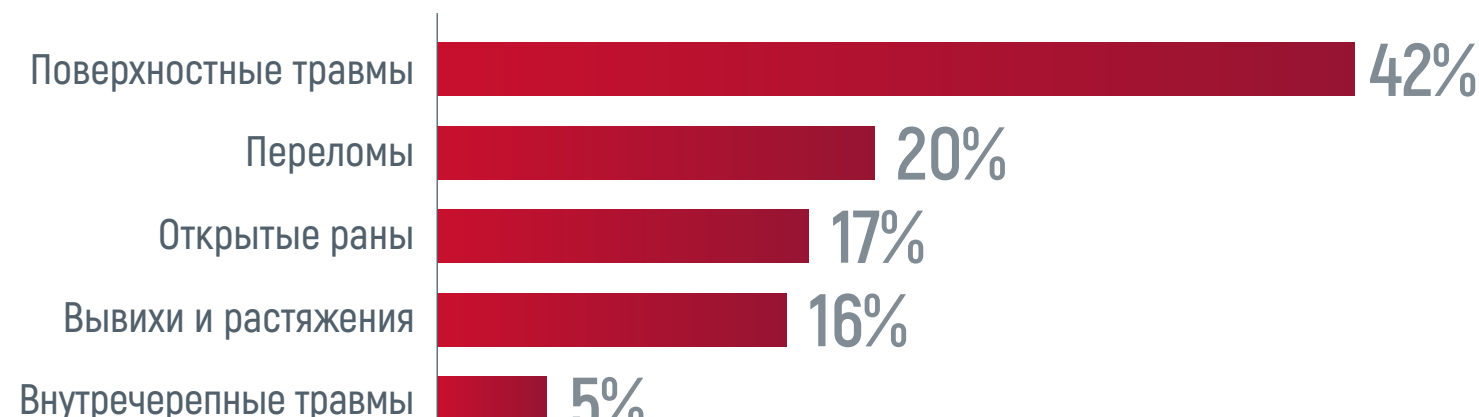
Что делать, если ребёнок получил травму?



Уважаемый клиент!

В России очень популярен детский спорт. Родители с большой охотой отдают детей во всевозможные секции. В то же время различные виды спорта могут быть довольно травмоопасными. А те виды, которые сопровождаются интенсивными физическими нагрузками – например, спортивные игры и единоборства, – сопровождаются особенно высокими рисками.

Самые частые травмы при занятиях спортом



Как правило, эти травмы не угрожают жизни и при должном лечении можно надеяться на полное восстановление. В свою очередь, тяжелые травмы головы и позвоночника могут приводить к инвалидности. Определить характер травмы может только специалист после рентгеновского снимка. Но между моментом получения травмы и приемом врача в травмпункте может проходить какое-то время, причем иногда довольно длительное.

Что необходимо сделать сразу?



Немедленно прекратить тренировку.



В случае признаков тяжелой травмы – немедленно вызвать скорую помощь, которая окажет первую помощь и определит необходимость госпитализации.



До прибытия скорой помощи обеспечить холодный компресс к поврежденному участку тела.



Если повреждена конечность, во избежание отека положите ее на возвышение или используйте давящую повязку, которая ограничит подвижность травмированной части тела.



Если есть подозрения на повреждение шейных позвонков (например, в результате неудачного прыжка в воду), необходимо максимально зафиксировать положение шеи и головы пострадавшего до прибытия скорой помощи. Для этого можно использовать элементы одежды (куртку, свитер), которые оборачивают вокруг шеи, предотвращая сдавливание мягких тканей и органов шеи, но добиваясь того, чтобы края импровизированного воротника туго подпирали голову.



Если наблюдается обильное кровотечение, его необходимо остановить.

Способы временной остановки кровотечения при оказании первой помощи

1. Прямое давление на рану

Рана закрывается стерильными салфетками или стерильным бинтом, после чего на область раны осуществляется давление рукой участника оказания первой помощи с силой, достаточной для остановки кровотечения. При отсутствии бинта или салфеток для наложения на рану можно использовать любую подручную ткань. Пострадавшему также можно рекомендовать попытаться самостоятельно остановить имеющееся у него кровотечение, используя прямое давление на рану.

2. Наложение давящей повязки

На рану желательнее положить стерильные салфетки, бинт должен раскатываться по ходу движения, по окончании наложения повязку следует закрепить, завязав свободный конец бинта вокруг конечности. Повязка должна накладываться с усилием (давлением). Если она начинает пропитываться кровью, то поверх нее накладывают еще несколько стерильных салфеток и туго бинтуют.

3. Пальцевое прижатие артерии

Давление осуществляется в определенных точках между раной и сердцем. Выбор точек обусловлен возможностью прижатия артерии к кости. Результатом является прекращение поступления крови к поврежденному участку сосуда и остановка или значительное ослабление кровотечения. Как правило, пальцевое прижатие артерии предшествует наложению кровоостанавливающего жгута и используется в первые секунды после обнаружения кровотечения и начала оказания первой помощи.

4. Максимальное сгибание конечности в суставе

Это приводит к перегибу и сдавлению кровеносного сосуда, что способствует прекращению кровотечения. Для повышения эффективности в область сустава необходимо вложить 1-2 бинта или свернутую валиком одежду. После сгибания конечность фиксируют руками, несколькими турами бинта или подручными средствами (например, брючным ремнем).

5. Наложение жгута

Наложение жгута необходимо накладывать между раной и сердцем максимально близко к ране и только поверх одежды или тканевой (бинтовой) прокладки. Перед наложением жгут следует завести за конечность и растянуть. Кровотечение должно быть остановлено первым туром жгута, все последующие – фиксирующие – туры накладываются так, чтобы каждый последующий тур примерно наполовину перекрывал предыдущий. После наложения жгута конечность следует иммобилизовать (обездвижить) и термоизолировать (укутать) доступными способами. Максимальное время нахождения жгута на конечности не должно превышать одного часа в теплое время года и получаса в холодное.

Профессиональные тренеры в спортивных школах и секциях обязательно обладают навыками оказания первой помощи. Тем не менее, эти навыки будут очень полезны и родителям, чьи дети занимаются активным спортом. Большинство травм требуют восстановления от нескольких недель до нескольких месяцев и наблюдения специалистов-реабилитологов.

Но как раз на этапе оказания медицинской помощи подключится страховая компания, которая позволит компенсировать затраты на реабилитацию.

Будьте здоровы!

Ваш АльфаАгент: