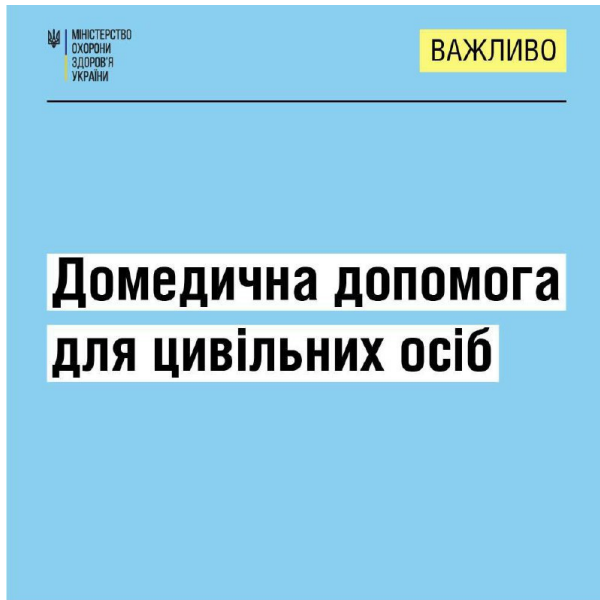


# Рекомендації з надання домедичної допомоги в умовах військового стану для цивільних осіб

Переглядів: 1401

10 жовтня 2022



Публікуємо рекомендації з надання домедичної допомоги в умовах військового стану для цивільних осіб.

- Надавайте допомогу лише за умови, що це безпечно для вас. Власна безпека – пріоритет. Для цього огляньте місце події та переконайтесь, що вам нічого не загрожує.
- Якщо маєте можливість, перемістіть постраждалого у більш безпечне місце.
- Оцініть його стан. Перевірте, чи він у свідомості, чи дихає. Можна звернутись до людини із запитанням, щоб визначити чи вона у свідомості. Не натискайте на частини тіла пораненого для того, щоб визначити його стан. Нормальне дихання – це не менше 2-3 видихів за період часу, коли ви можете вголос порахувати від 501 до 510 (10 сек). Видихом рахується – підйом та опускання живота. Якщо постраждалий у свідомості, то нагальної необхідності перевіряти пульс та дихання одразу немає.
- Зверніться за номером “103” для виклику бригади екстреної медичної допомоги. Якщо необхідно, то зверніться до інших екстрених служб (поліція, ДСНС)
- Зупиніть критичні (артеріальні чи венозні) кровотечі. Для цього використовуйте кровоспинний джгут, турнікет чи тугу пов'язку. Накладайте кровоспинний джгут/турнікет максимально вище за місцем кровотечі на кінцівки постраждалого. Правильно накладений кровоспинний джгут/турнікет передбачає, що кровотеча зупинена. Також потрібно зафіксувати час його накладення. Оптимально – написати час на відкритій частині тіла постраждалого. Можете також запам'ятати час. За відсутності засобів для зупинки кровотечі, тисніть на рану. Важливо: НЕ переставайте тиснути на рану до приїзду медиків чи накладення кровоспинного джгута/турнікета. Залежно від виду кровотечі – зупинка тиску на рану може стати смертельною для людини.
- Забезпечте прохідність дихальних шляхів. Якщо у постраждалого в роті є сторонні предмети, рвотні маси, приберіть їх для відновлення прохідності дихальних шляхів.
- Якщо навіть після зупинки кровотечі та забезпечення прохідності дихальних шляхів у

пораненого не з'явилися життєві ознаки, варто розпочинати серцево-легеневу реанімацію (СЛР).

- Для СЛР покладіть постраждалого на спину, закиньте голову назад. Натискайте посеред грудної клітини двома руками: основу однієї долоні накрийте другою долонею. Глибина натискання має становити близько 5-6 см. Частота натискань має складати близько 100-120 на хвилину.
- Тримайте пораненого у стабільно боковому положенні до приїзду медиків.
- Не залишайте постраждалого самого. Навіть якщо ви зупинили кровотечу, поранений у свідомості може захотіти зняти джгут чи турнікет, адже йому боляче.

Джерело: МОЗ