

Небезпеки теплого сезону. Як захистити своє здоров'я

Минулого тижня ми розповідали про правила поведінки під час пожежі. Та це не єдина небезпека, що загрожує людині. Побутові травми, небезпеки під час відпочинку на водоймищах, отруйні рослини та гриби. З цим може стикнутися кожний. Що ж робити? Про правила виживання і першої медичної допомоги дивіться далі.

Тепле весняне сонечко вабить вийти на вулицю чи відпочити в лісі... Але ніхто не застрахований від небезпек, які можуть спіткати там. Тому варто озброїтися – тобто навчитися надавати першу допомогу.

Олександр Кутовий – начальник прес-служби Управління служби з надзвичайних ситуацій у Вінницькій області: «Рятувальники намагаються достукатися до людей, що пожежа і надзвичайні ситуації – це не щось міфічне. Це річ, яка може виникнути з будь-ким і в будь-якій ситуації. Незалежно від рангу, посади чи соціального статусу».

У повсякденному житті нас можуть спіткати звичайні побутові травми – опіки, порізи, укуси тварин. Вчасно надати допомогу – це шанс уникнути ускладнень.

Ольга Шевчук – медсестра: «Опіки бувають чотирьох стадій. Є перша стадія, друга, третя і четверта. Вони за своєю тяжкістю так розрізняються. Перша ступінь тяжкості – це коли з'являється рана і без пухиря, друга – рана і є вже пухир, який не потрібно пробивати. Третя стадія – це пухир, який налитий такою кров'янистою рідиною. І четверта – шкіра так обгоріла, що до обвуглення».

Перш ніж надавати допомогу при опіках, потрібно визначити стадію та площу ураження. Одяг з обпечених частин тіла потрібно зняти, але в жодному разі не можна відривати його від

рани. Краще просто обрізати шматки, що приклеїлися до тіла. Опіки першої та другої стадії потрібно охолодити під струменем холодної води та закрити стерильною пов'язкою. Тяжчі опіки охолоджують змоченою у холодній воді тканиною та обов'язково доправляють потерпілого до лікарні.

Ольга Шевчук – медсестра: «Невеличкі порізи можна обробити в домашній умовах. Це також будь-який антисептик обробляє. Накладається або пов'язка, або бактерицидний пластир. Якщо це глибокий поріз – то це потрібно перетягнути в деяких місцях вену, якщо це потрібно».

Якщо серйозно поранилися, діяти потрібно швидко. Перш за все треба зупинити кровотечу. Артеріальна кров яскравого кольору та витікає, пульсуючи. У цьому випадку джгут потрібно накладати вище місця поранення. Венозна ж кров, навпаки, темно-червона й витікає повільно. Щоб зупинити кров, перетягніть кінцівку нижче місця поранення. Однак пам'ятайте, що накладати джгут можна максимум на півтори години влітку та на півгодини в холодну пору року. Потерпілого обов'язково потрібно відвезти у лікарню чи викликати "швидку". І в жодному разі не можна панікувати.

Ірина Вятоха – кандидат психологічних наук: «Если человек находится в шоке – это означает, что он потерял способность к быстрым и адекватным действиям. И поскольку ему нужно время, чтобы включиться в ситуацию, то как бы единственным средством ему помочь может быть одно из таких средств – это когда кто-то окажется рядом и просто уведет его из зоны опасности».

Небезпеку становлять укуси тварин, адже людина може заразитися смертельно небезпечною хворобою – сказом.

Ольга Шевчук – медсестра: «Щодо укусів тварин, то тут треба ставитися з обережністю. Потрібно отримувати вакцинацію обов'язкову проти правця. Найперше, що ми можемо зробити – це обробити цю ранку, яка з'явилася після укусу. Якщо це отруйні комахи або якась там гадюка чи ще якийсь плазуючий, то

перетиснути джгутом вище укусу, щоб не пішла отрута далі в кров. Ну і, звичайно ж, звернутися за допомогою в лікарню».

Потренуйтеся надавати першу допомогу, адже ці вміння можуть врятувати життя. Красивої весни вам!

Інна Сокольська, Віктор Кармазенюк, Київщина, "Вісті надії"