



## **Алгачкы медициналык жардам көрсөтүү принциптери төмөнкүлөрдөн куралат:**

- 1) окуя ордун карап чыгуу;
- 2) жардам көрсөтүү;
- 3) тез жардам чакыруу;

### **Окуя ордун карап чыгуу**

Сиз үчүн кооптуу эмеспи? Эмне болду? Зыян чеккендер канча? Кокус бир нерсе болуп кетсе айланаңыздагылардын сизге жардам көрсөтүүчү жагдайы барбы? Карап жатып ар бир нерсеге көңүл буруңуз. Бул окуянын же болбосо жаракаттын баштапкы себептерин аныктоого жардам берет. Эгер зыян чеккен адам эсинен танып жаткан болсо жана күбөлөр болбосо, дыкат карап чыгуу өтө маанилүү болуп саналат.

Биринчи жолу карап чыгып, жабыркаган адамга алгачкы жардам көрсөтүүдө биринчи кезекте, өмүргө маанилүү органдарга кооп туудурганын аныктап алуу, керек:

- 1) эсин текшерүү (мээ системасы);
- 2) дем алуу органын текшерүү;
- 3) дем алып жатканын текшерүү (өпкө);
- 4) пульсун текшерүү (жүрөктүн согушун).



### **Эсин текшерүү – Жабыр тарткан адам эсин жоготпогонун аныктаңыз.**

- Эгер ал сүйлөгөндө алик албаса, ийинин жулкулдатуу сыяктуу сырткы кыймыл-аракетти сезбесе, аны жардам көрсөтүүгө макул болду деп түшүнүүгө болот.

Сиздин кийинки аракетиниз:

Дем алуусун текшерип тез жардам чакыруу

## **Тез жардамды төмөнкү учурларда чакыруу керек:**

- эсинен танса;
- дем алуусу кыйындаса;
- пульс сезилбесе;
- көп кан кетсе;
- курсак туш катуу ооруса;
- кан кусуп же кандын бөлүнүп (зара, какырык менен) чыгышы;
- ууланса;
- тарамыш тартылып же түшүнүксүз сүйлөгөндө;
- баштын моюнунун же арка тараптын жаракаты, сөөктүн сынуу мүмкүндүгү болгон учурда.

**Кырсык айтгырбай келет, жашоодо ар кандай учурларда кокустук болуп калса, доктур жанында болбой калат, кээ бир учурлар врачтар келгенче биринчи жардамды корсотконду билсек, адамдын ден соолугуна кийинкисине жардамы чон. Кээде 5минуттук убакыт адамдын омурун сактап калганга мүмкүнчүлүк берет.**

**Биринчи жардам** — кырсыкка учураганда, капысынан кармаган ооруларда кырсык болгон жерге медициналык кызматкер келгенче же дарылоо мекемесине жеткиргенче кишинин өмүрүн сактоо максатында токтоосуз көрүлүүчү чаралар.

**Туура жардам берүү:** Жабыркаган киши өзү биринчи жардамды жасаса өзүнө өзү жардам берүү деп аталат. Мисалы, жарадар болгондо өзүн өзү таңуу, кусуп карынды тазалоо. Кишинин өмүрүнө коркунучтуу абалдарда кома, кан агуу, уулануу, сууга чөгүү, шок, электр травмасы жана башкаларда тезинен биринчи жардам көрсөтүү өтө зарыл. Биринчи жардам өз убагында жана туура көрсөтүлсө, андан аркы медициналык жардам натыйжалуу болот. Мисалы, сөөктүн ачык сыныгында тез жана туура таңып жана шакшактоо түрдүү кабылдоолордон (шок, инфекция жана башка), оорулуу эстен танып калган да капталынан жаткыруу кекиртектен менен бронхко кусунду жана кан кирип тумчугуп калуудан сактайт. Биринчи жардам көрсөтүү каражаттарын тандоо жана аларды пайдаланууда оорунун же жабыркоонун мүнөзүн эске алыш керек.

### **Биринчи жардамдын чаралары 3 топко бөлүнөт.**

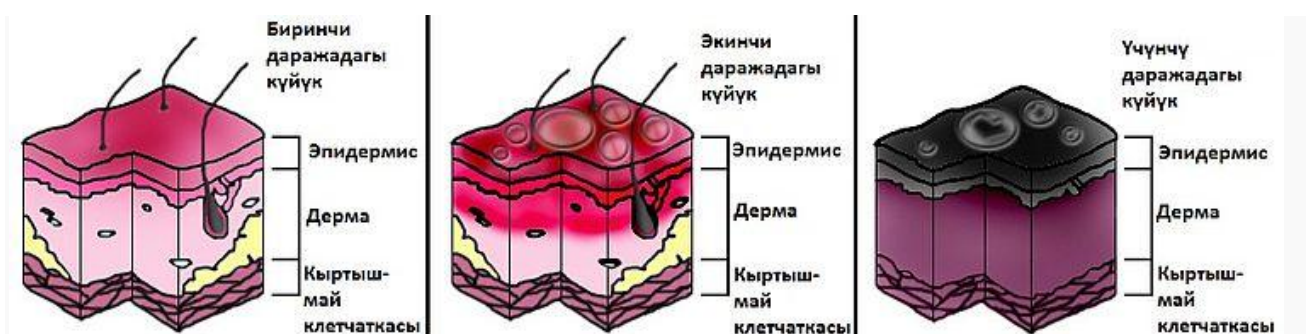
1. Сырткы жабыркатуучу фактордун таасирин (электр тогунан ажыратуу, басып калган нерселерден бошотуу) тезинен токтотуу же жабыркатуучу чөйрөдөн (суудан, өрттөнүп жаткан жерден жана башка) алып чыгуу.
2. Жабыркоонун мүнөзүнө жараша биринчи жардам көрсөтүү (к. Сөөктүн муундан чыгышы, Сыныктар, Уулануу, Эстен тануу, Жара, Жараат, Күйүк, Үшүк алуу, Сууга чөгүү).
3. Медициналык жардам көрсөтүү үчүн жакын оорукана, поликлиника, фельдшер пункту, аптекага кайрылуу же жеткирүү.

**Сыныкта, сөөк муундан чыкканда, тарамыш чоюлуп же үзүлүп калганда** кол-бутту кыймылсыз абалга келтирип таңуу өтө маанилүү, кол же бут бугулгон болсо ошол боюнча кыймылдатпоо керек. (Имобилизация). Мында тактай, бутак, картон жана башка нерселерди пайдаланып, тайпы, жоолук, кур, чүпүрөк айрыгы менен байлап таңса болот. Эгерде сөөк сынбай эле тарамыш чоюлуп же үзүлүп калса ошол муунду катуу таңып коюу эле жетиштүү. Биринчи жардам көрсөтүлгөндөн кийин жабыркаган киши медициналык мекемеге жеткирилет.

**Көзгө бир нерсе түшкөндө,** көз жабыркаганда көздү кир кол менен сүрүп инфекция түшүрбөй, таза бет аарчы менен сүртүү керек.

**Капысынан эстен танганда** капталынан же чалкасынан жаткырып башын капталын карай буруп коюп, кийминин топчусун чечип, терезени ачып, желдетүү зарыл. Бетине суу чачып, оозун ачык абалда кармап туруу керек, тилини артына жутуп же тиштеп албасы учун.

**Күйүк** — жогорку температуранын, химиялык заттардын, электр тогунун жана радиоактивдүү нурлануунун таасиринен ткандардын жабыркашы. Ошого ылайык термиялык, химиялык, электр тогуна күйүү жана нурга күйүү болуп бөлүнөт. Турмуш-тиричиликте термиялык күйүк көп болот.



Теринин 1-2-3-даражадагы күйүктөн жабыркашы

Күйүктүн даражалары

Ткандын жабыркоо оордугуна жараша 4 даражага бөлүнөт.

**1-даражадагы** тери кызарат, шишимик тартып ооруйт; 4—5 күндө айыгат. Эгер теринин күйгөн жеринде башка жараат болбосо, күйгөн жерди муздак таза суу куюп жууп, андан кийин спирт, арак же одеколон, марганец кычкыл калийдин мала эритмесин сүйкөп туруп, таза кургак стерилденген даки менен таңып коюу керек.

**2-даражадагы** күйүктө суюктук толгон ыйлаакчалар пайда болот. Мындай учурда дарылоо мекемелерине кайрылуу зарыл. Врач көргөнчө кургак таза даки менен таңып же жаап коюу керек, бул үчүн атайын пакетти пайдалануу оң. Ыйлаакчаны жарууга жана кандайдыр бир май менен майлап, өз алдынча дарыланууга эч качан болбойт, инфекция түшүп, андан ары дарылоону кыйындатат. Эч кабылдоо болбосо 10—15 күндө тырыксыз айыгат.

**3-даражасында** тери жансызданып, карттанат.

**4-даражасында** тери гана эмес терең жаткан ткандар (булчуң, тарамыш, сөөктөр)

жансызданат, ал тургай көмүргө айланат. Булардын экөөндө тең жабыркаган адамды дароо медициналык мекемеге жеткирүү зарыл. Күйүктүн оордугу анын даражасына гана эмес, аянтына да жараша болот. Эгерде күйүктүн аянты чоң болсо (30%тен кем эмес) 1-даражадагы күйүктө да шок болушу ыктымал. 2-4— даражадагы күйүктө шок күйүк оорусунун алгачкы мезгили (башталышы) болуп, андан кийин күйгөн ткандардын ажыроосунан пайда болгон заттарга уулануу мезгили, анан (3-мезгили) күйүктүн үстү ириңдеп, бактериялардын уусу менен уулануу болот. Ошентип чоң жана терең күйүк көпкө дарылоону талап кылат. Кээде канга инфекция кирип, сепсис болушу мүмкүн.

#### Күйгөндө биринчи жардам көрсөтүү

Биринчи жардам көрсөтүү үчүн баарыдан мурда анын себебин (мисалы, ысыктан күйсө температураны) жок кылуу керек. Эгер кийими күйсө жабыркаган адамга суу куюп, жууркан, пальто же тыкыс кездемеге ороп, жалынды өчүрүү зарыл. Күйүп жаткан кийим менен чуркоого болбойт, анткени шамал (жел) отту күчөтөт. Күйүп жаткан же кайнаган суюктукка малынган кийимди жулуп албай, кесип же айрып жиберип чечип алуу оң, териге жабышкан материалдын четин кайчы менен кесип салуу керек. Биринчи жардам көрсөтүүдө ыйлаакчаны жаруу, түрдүү майларды сыйпоо, заара менен жууш туура эмес. Химиялык заттардан күйгөн жерди ошол замат муздак суунун агымы менен 15—20 минутадай жууп жиберүү максатка ылайык. Кислотага күйгөн жерге ичүүчү соданын эритмеси (1 чай кашыгын 1 стакан сууга) сиңирилген таңуу коюп, жегичтен күйсө аш уксусу же бор кислотасынын начар эритмеси (1 чай кашыгын 1 стакан сууга) менен жууган дурус. Теринин бир кыйла жери күйсө күйүктүн даражасына карабай жабыркаган адамды дарылоо мекемесине жиберүү зарыл. Эгер күйгөн жерди таңууга болбосо, анда жабыркаган адамды таза шейшепке ороп же жууркан менен жаап, замбилге салып алып келүү керек.

#### Дем алуу жолдордун жана көздүн күйгөнү

Дем алуу жолдору жана көзү күйсө күйүктүн жеңилдигине карабастан аны токтоосуз медициналык мекемеге жиберүү зарыл. Электр тогуна күйүү (Электр травмасы), химиялык заттардан кызыл өңгөчтүн жана ички органдардын күйүүсү Уулануу да болот. Нурга күйүү көбүнчө күнгө көп чыкпаган териге ультракызгылт-көк нуру көпкө таасир этүүдөн болот. Ал күнгө какталар замат билинбейт. Ошондуктан пляжда байкабай күн ваннасын көпкө алганда теринин көп жери күйүп кызарып, ачыштырат, чыйрыктырып, эт ысыйт, баш ооруйт, кускусу келет. Биринчи жардам көрсөтүүдө спирт, атыр сыйпап, бир нече күнгө чейин күн нурунан коргонуу керек. Күн нуруна күйүп калбас үчүн күнгө күйүү убакытын улам кошуп, акырындап күнгө күйүү сунуш кылынат. Эгер дененин көп бөлүгү катуу күйүп, 2-даражадагы күйүк болсо, врачка кайрылуу оң, себеби шок болушу ыктымал.

# ТЕПЛОВОЙ УДАР

## КАК ОПРЕДЕЛИТЬ

Прекращение потоотделения, повышенная температура тела (до 40 °С), бледная горячая кожа, снижение артериального давления, частый слабый пульс, судороги, рвота, понос, потеря сознания.

## ЧТО ДЕЛАТЬ?

1. Вызовите скорую.
2. Переместите человека в более прохладное место.
3. Обеспечьте приток свежего воздуха.
4. Снимите с него или расстегните тесную одежду.
5. Оберните тело прохладной влажной тканью. Или положите на голову, шею и паховые области смоченные в холодной воде полотенца.



6. Дайте выпить прохладной минеральной или обычной, слегка подсоленной воды.
7. В случае необходимости продолжайте охлаждение, приложив лед или холодный предмет, обернутый тканью, к запястьям, локтям, паховой области, шее и подмышкам.