



МЧС России

Министерство Российской Федерации по делам
гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям
и ликвидации последствий стихийных бедствий

ТАЪМИНОТ
ЁРИИ АВВАЛ БА
ЗАРАРДИДАГОН
ЕДДОШТ

ТАЪМИНОТ
ЁРИИ АВВАЛ
БАЗАРАРДИДАГОН

ЕДДОШТ

2024

Ин ёддошт барои доираи васеи шахсон пешбинӣ шудааст.

Дар ёддошт дар асоси таҷрибаи ватанӣ ва хориҷӣ тавсияҳои муосир оид ба расонидани ёрии аввалия ба зарардидагон дар садамаҳо, ҷароҳатҳо, захролудшавӣ ва дигар ҳолатҳо ва бемориҳое, ки ба ҳаёт ва саломатӣ таҳдид мекунанд, оварда шудаанд. Ёддошт барои омӯхтан ва такрори асосҳои назариявии ёрии аввал пешбинӣ шудааст ва дорои маълумоти зарурӣ дар бораи чӣ гуна амал кардан дар садама мебошад.

© ФГБУ «ЦЭПП МЧС РУСИЯ», 2024

Кӯмаки аввалия омили муҳим дар наҷот додани ҳаёт ва саломатии шахсони зарардида мебошад, зеро он имкон медиҳад, ки ихтилоли ба ҳаёт таҳдидкунанда дар бадан бартараф карда шавад. Шоҳидони ҳодиса ва кормандони ҳадамоти наҷот метавонанд ёрии аввалия расонанд. Барои ин, онҳо бояд омӯзонида шаванд ва барои ёрии аввал муҷаҳҳаз карда шаванд. Аз ин рӯ, нашри дастурҳои муосири таълимӣ, ки ба қонунгузори амалкунанда ва қоидаҳои муосири кӯмаки аввалия мувофиқат мекунанд, таваҷҷӯҳи зиёд дорад.

Ёддошт тибқи Тартиби ёрии аввалияи тасдиқшудаи Вазорати тандурустии Федератсияи Русия таҳия шудааст.

Ёддошт хуб тасвир шудааст ва усулҳои ёрии аввалияро дар ҳолатҳои гуногун ва ҷароҳатҳои нишон медиҳад.

Роҳбари маркази методи аккредитатсия-симулятсияи ФГБУ институти марказии илмӣ-тадқиқотии ташкилот ва иттилоотикунони тандурустӣ Вазорати Тандурустии Русия, раиси ташкилоти ҷамъиятии Умумирусиягии ҷамъияти ёрии аввалини русия, д. м. н., профессор Дежур Леонид Игоревич

ЁРИИ АВВАЛ – маҷмӯи чорабиниҳои фаврии оддӣ БАРОИ наҷот додани ҲАЕТИ инсон мебошад. Мақсади он бартараф кардани падидаҳои БА ҲАЕТ таҳдидкунанда, инчунин пешгирии зарари минбаъда ва мушкилоти эҳтимолӣ мебошад.

Мувофиқи фармони Вазорати тандурустии Федератсияи РОССИЯ АЗ 3.05.2024 NO 220Н Дар бораи тасдиқи Тартиби расонидани ЁРИИ аввал (дар Вазорати адлияи Федератсияи РОССИЯ no 78363 аз 31.05.2024 ба қайд гирифта шудааст) 9 ҲОЛАТИ фавқулодда ва 9 чорабиниҳои наҷотдиҳии ҲАЕТ мавҷуданд, ки қариб ҳар як шахс МЕТАВОНАД ОНҲОРО АЗХУД кунад.

РҶЙХАТИ ШАРОИТҲОЕ, КИ ДАР ОНҲО ЁРИИ АВВАЛ РАСОНИДА МЕШАВАД:

1. Набудани шуур.
2. Қатъи нафаскашӣ ва (е) гардиши хун.
3. Вайроншавии гузариши роҳи нафас аз ҷониби қисми бегона ва дигар вайроншавии нафас, ки ба ҳаёт ва саломатӣ таҳдид мекунад.
4. Хунравии беруна.
5. Ҷабрҳо, захмҳо ва осебҳо, ки аз омилҳои механикӣ, кимиевӣ, барқӣ, термикӣ зараррасон, таъсири радиатсия ба вучуд омадаанд.
6. Заҳролудшавӣ.
7. Нешзанӣ ё нешзании ҲАЙВОНОТИ ЗАҲРОЛУД.
8. ШАРОИТИ мусодира, ки бо гум шудани ҳуш ҳамроҳ мешавад.

РЎЙҲАТИ ЧОРАБИНИҲОИ ЁРИИ АВВАЛ:

1. Арзебии вазъ ва таъмини шароити бехатар БАРОИ расонидани ёрии аввалия.
2. Гузаронидани муоинаи ҷабрдида (зарардидагон) БАРОИ ошкор кардани хунравии берунии давомдор. Дар ҳолати зарурӣ, амалисозии чорабиниҳо ОИД ба боздоштани муваққатии хунравӣ бо ЯК е якчанд роҳ.
3. Муайян кардани мавҷудияти аломатҳои ҳаёт дар шахси зарардида.
4. Гузаронидани реаниматсияи дилу шуш ва нигоҳ доштани гузариши роҳҳои нафас.
5. Гузаронидани муоинаи муфассали ҷабрдида ва пурсиши ҷабрдида (дар сурати мавҷуд будани хуш) БАРОИ ошкор кардани аломатҳои ҷароҳат, захмҳо, захролудшавӣ, газидан е газидани ҲАЙВОНОТИ ЗАҲРОЛУД, осебҳо, ки аз омилҳои механикӣ, кимиевӣ, барқӣ, термикии зараррасон, таъсири радиатсия ва ДИГАР ҲОЛАТҲОЕ, ки ба ҳаёт ва САЛОМАТИЙ таҳдид мекунанд, ба вучуд омадаанд.
6. Кӯмаки аввалия ВОБАСТА ба хусусияти ҷароҳатҳо, захмҳо, захролудшавӣ, газидан е газидани ҲАЙВОНОТИ ЗАҲРОЛУД, осебҳо, ки аз омилҳои механикӣ, кимиевӣ, барқӣ, ҳароратии зараррасон, таъсири радиатсия ва ДИГАР ҲОЛАТҲОЕ, ки ба ҳаёт ва САЛОМАТИЙ таҳдид мекунанд, ба вучуд омадаанд.
7. РАСОНИДАНИ КЎМАК ба ҷабрдида дар истеъмоли доруҳо барои истифодаи тиббӣ, ки қаблан аз ҷониби духтур таъин шуда буд.
8. Додан ва нигоҳ доштани мавқеи оптималии бадани ҷабрдида.
9. ДАЪВАТИ ЁРИИ таъчилии тиббӣ (агар ДАЪВАТ қаблан амалӣ нашуда бошад), назорати ҲОЛАТ, расонидани дастгирии психологӣ, кӯчонидан, интиқол додан, ба бригадаи сафарҳои ЁРИИ таъчилии тиббӣ, ташкилоти тиббӣ, хадамоти махсус, ки ВАЗИФАДОРАНД ЁРИИ аввалия расонанд.

Мувофиқи моддаи 31 ҚОНУНИ федеролии РУСИЯ аз 21.11.2011 по 323 “дар Бораи асосҳои ҳифзи саломатии шаҳрвандон” ҳар як шахс дар РУСИЯ ҳуқуқ дорад ДАР ҲОЛАТИ фавқулодда ДАР сурати МАВҶУД БУДАНИ ТАЙЁРИИ махсус ВА (е) малака ЁРИИ аввалия расонад. Илова бар ин, моддаи “Зарурати Шадида” Кодексҳои ҚИНОЯТИ, Маъмурӣ ва Шаҳрвандии ФЕДЕРАТСИЯИ РУСИЯ шахси ёрии аввалияро ҳимоя мекунад, ҳатто агар ҷабрдида фавтида бошад е ҳангоми расонидани ЁРИИ аввал ба ӯ зарари нохост расонида шуда бошад.6

МУНДАРИ А

Рӯйхати чорабиниҳои ёри аввал	13
Пайдарпаии умумии амалҳо дар ҷои ҳодиса бо ҳузури шахсони зарардида	14
1. Арзебии вазъ ва рафъи омилҳои таҳдидкунанда.	16
Гузаронидани ҷабрдида.	
1.1. Гирифтани ҷабрдида аз мошин ё ҷои душворгузар	17
1.2. Қоидаҳои умумии интиқоли ҷабрдида.	18
2. Гузаронидани муоинаи ҷабрдида ва расонидани ёри аввал барои хунравии беруна.	21
3. Усули санҷиши шуур ва нафаскашӣ.	26
4. Гузаронидани реаниматсияи дилу шуш.	27
4.1. Қоидаҳои фишор ба қафаси қабурға.	27
4.2. Қоидаҳои нафаскашии сунъӣ	29

4.3.Истифодаи худкори беруна дефибриллятор (АНД).	29
4.4.Расонидани ёрии аввал барои вайронкунии пурра гузариши роҳи нафас аз ҷониби ҷисми бегона.	31
5. Гузаронидани муоинаи муфассал ва пурсиши ҷабрдида.	33
6. Ёрии аввал барои ҷароҳатҳо, таъсири радиатсионӣ, ҳарорати баланд, кимиевӣ, газидан ӯ нешзании ҳайвоноти захролуд.	34
6.1. ПЁрии аввал барои ҷароҳатҳо.	34
6.1.1.Ёрии аввал барои осеби сар.	34
6.1.2. Ёрии аввал барои осеби чашм ва пилкҳо.	35
6.1.3.Ёрии аввал барои хунравии бинӣ.	36
6.1.4.Ёрии аввал барои осеби гардан.	37
6.1.5.Ёрии аввал барои захми қафаси сина.	37
6.1.6.Ёрии аввал барои ҷароҳатҳои шикам.	39
6.1.7.Ёрии аввал барои ҷароҳатҳои дасту пой.	40

6.2. Ёрии аввал барои заҳролудшавӣ.	43
6.2.1. Ёрии аввал барои заҳролудшавӣ тавассути даҳон.	43
6.2.2. Кӯмаки аввалия ҳангоми ворид шудан ба заҳролудшавӣ моддаҳо тавассути роҳҳои нафас.	44
6.2.3. Ёрии аввал барои осеби чашм.	45
6.3. Ёрии аввал барои сӯхтани гармӣ.	46
6.4. Ёрии аввал барои зарбаи гармӣ (офтобӣ).	48
6.5. Ёрии аввал барои яхкунӣ.	50
6.6. Ёрии аввал барои гипотермияи умумӣ.	51
6.7. Ёрии аввал барои зарбаи барқ.	51
6.8. Ёрии аввал барои нешзанӣ ё нешзании заҳролуд ҳайвонот.	
6.8.1. Ёрии аввал барои газидани мор.	53
6.8.2. Ёрии аввал барои газидани ҳашарот	54

6.9. Ёрии аввал барои беҳушӣ.	55
6.10. Ёрии аввал барои шароити мусодира.	55
7. Кӯмак ба ҷабрдида дар қабул маводи муҳаддир барои истифодаи тиббӣ, ки қаблан аз ҷониби духтури муолиҷакунанда таъин шуда буд.	56
8. Додан ва нигоҳ доштани мавқеи оптималии бадан ҷабрдида.	57
9. Расонидани дастгирии равонӣ.	58

РЎЙХАТИ ЧОРАБИНИҲОИ ЁРИИ АВВАЛ:

1. Гузаронидани арзебии вазъ ва таъмини шароити бехатар барои расонидани ёрии аввал.

2. Гузаронидани муоинаи ҷабрдида (зарардидагон) барои ошкор кардани хунравии берунии давомдор. Дар ҳолати зарурӣ, амалисозии чорабиниҳо оид ба боздоштани муваққати хунравӣ бо як ё якчанд роҳ

3. Муайян кардани мавҷудияти аломатҳои ҳаёт дар шахси зарардида

ШУУР ВУЧУД ДОРАД:

ҲУШ НЕСТ:

5. Гузаронидани муоинаи муфассал ва пурсиши ҷабрдида ҷабрдида (дар сурати мавҷуд будани шуур) барои ошкор кардани аломатҳои ҷароҳатҳои, захмҳои, захролудшавӣ, газидан ё газидани захрҳои ҳайвонот, осебҳои механикӣ, кимиевӣ, омилҳои барқии ҳароратии зараррасон, таъсири радиатсия ва дигар шароитҳои, ки ба ҳаёт таҳдид мекунанд ва саломатӣ.

4. Гузаронидани срг ва нигоҳдорӣ роҳҳои нафас.

6. Кӯмаки аввалия вобаста ба ҳислати ҷароҳатҳои, захмҳои, захролудшавӣ, газидан ё газидани захрҳои ҳайвонот, осебҳои механикӣ, кимиевӣ, омилҳои барқии ҳароратии зараррасон, таъсири радиатсия ва дигар шароитҳои, ки ба ҳаёт таҳдид мекунанд ва саломатӣ.

7. Кӯмак ба ҷабрдида дар қабули доруворӣ доруҳои, ки қаблан барои истифодаи тиббӣ таъин шуда буданд духтур

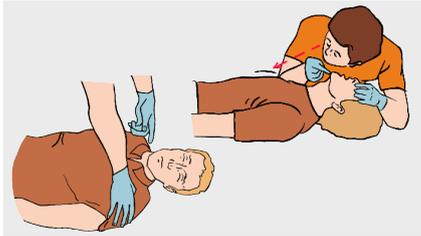
8. Додан ва нигоҳ доштани мавқеи оптималии бадан ҷабрдида

9. Ба ёрии таъҷилии тиббӣ занг занед (агар занг набошад қаблан амалӣ карда шуда буд), назорати ҳолати, расонидани дастгирии раванӣ, интиқол, интиқол, интиқол ба гурӯҳи ёрии таъҷилии тиббӣ, ташкилоти тиббӣ, ҳадамоти махсус, ки вазифадоранд ёрии аввал расонед.

Пайдарпаии умумии амалҳо дар ҷои ҳодиса бо ҳузури шахсони зарардида:



1. Боварӣ ҳосил кунед, ки ба шумо ва ҷабрдида ҳеҷ чиз таҳдид намекунад. Тиббиरो истифода баред дастпӯшакҳо ва ниқобҳо. Шумораи зарардидагонро арзебӣ кунед ва ба қадри имкон, ба онҳо дар бораи омодагии кӯмаки аввалия хабар диҳед. Таъмин кунед гузариши роҳҳои нафас ҳангоми баста шудани онҳо

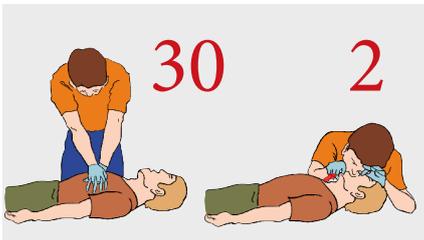


2. Азназаргузарони ҷабрдидаро анҷом диҳед. Хунравии берунаро қатъ кунед ҳангоми кашфи он (ниг.саҳ. 18).

3. Мавҷудияти шуурро муайян кунед (нигаред ба саҳифаи 23) ва нафаскашии шахси зарардида.

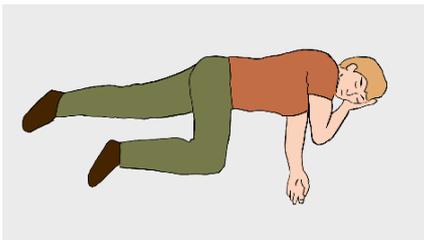


4.1. Дар сурати набудани ҳуш, нафаскашӣ ва гардиш, занг занед (мустақилона ё бо ёрии дигарон) ёрии таъҷилии тиббӣ бо рақами 103 ё 112.



Гузaronидани реаниматсияи дилу шушро бо роҳи алтернативӣ оғоз кунед фишор ба қафаси сина ва гузаронидани нафаскашии сунъӣ (ниг. 24) дар таносуби 30 фишор барои 2 нафас.

Агар мавҷуд бошад, дефибрилляторӣ худкорӣ берунаро истифода баред (ба саҳифаи 26 нигаред)



4.2. Дар сурати набудани ҳуш дар сурати пайдо шудани аломатҳои ҳаёт дар шахси зарардида (е агар ӯ ин аломатҳоро дар аввал дошта бошад) нигоҳ доред гузариши роҳҳои болоии нафаскашӣ (мавқеи устувори канори) ё сари ҷабридари бо болоравии манаҳ ба қафо ва нигоҳ доред (дар агар мавқеи устувори паҳлӯӣ дода нашавад).

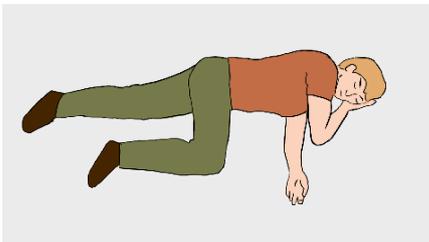


5. Барои муайян кардани нишонаҳои ҷароҳат ба шахси зарардида муоинаи муфассал гузаронед, захмҳо, захролудшавӣ, газидан ё газидани ҳайвоноти захролуд, осеб дидан, аз сабаби механикӣ, химиявӣ, электрикӣ, термикӣ омилҳои таъсирбахш, таъсири радиатсия ва дигар шароитҳо, ба ҳаёт ва саломатии ӯ таҳдид мекунад.

6. Мувофиқи аломатҳои муайяншуда ёри аввал расонед.



7. Ба ҷабридида дар истеъмоли доруҳо кӯмак расонед, ки қаблан аз ҷониби духтур таъин шуда буд.



8. Ба шахси зарардида мавқеи оптималии баданро муайян кунед ҳолат ва хусусияти ҷароҳатҳои ӯ (ниг. саҳ. 54).



9. Ба ёрии таъҷилии тиббӣ занг занед (агар он қаблан даъват нашуда бошад). Пеш аз омадани ёрии таъҷилии тиббӣ е дигар хидматҳо вазъро назорат кунед ба ҷабрдида дастгирии равонӣ расонед. Баъди расидани бригада ёрии таъҷилии тиббӣ ҷабрдидаро ба ӯ супоред, ба саволҳо ҷавоб диҳед ва кӯмаки имконпазирро расонед.

1. Арзебии вазъ ва рафъи омилҳои таҳдидкунанда. Гузаронидани ҷабрдида.



Ба атроф нигаред, сатҳи бехатариро барои худ ва ҷабрдида арзёбӣ кунед. Агар лозим бошад, ҷабрдидаро ба ҷои бехатар интиқол диҳед. Барои ин, яке аз роҳҳои интиқоли ҷабрдидаро истифода баред.

1.1. Гирифтани шахси зарардида аз мошин е дастнорас ҷойҳо.



Пеш аз ҳама, бехатарии худро санҷед!

Вақте ки шумо бояд ҷабрдидаро аз мошин ё дигараш хориҷ кунед ба ҷои душвор дастрас:

- дар сурати мавҷуд будани таҳдид ба ҳаёт ва саломатии ӯ.
- дар сурати имконнопазирии расонидани ёрии аввалия дар шароите, ки дар он ҷабрдида.



Истихроҷи бе бастании гардан бо даст:

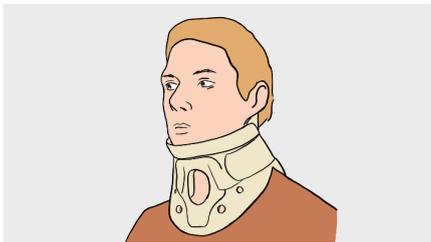
- шумо бояд ҷабрдидаро бо пушт ба сӯи худ каме гардонед, ба шим нигоҳ доред камар е камар;
- дастҳои худро ба бағал гузоред, бозуи як дасти ҷабрдидаро гиред;
- ҷабрдидаро берун кунед.



Истихроҷ бо тасҳеҳи сутунмӯҳраи гарданаки бачадон:

- усулҳои дар боло зикршударо иҷро кунед;
- бо даст, ки ба оринчи хамидаи ҷабрдида наздиктар аст, онро маҳкам кунед манаҳ ва сари ҷабрдидаро ба сандуқи худ пахш кунед;
- ҷабрдидаро берун кунед.

Пас аз баровардани ҷабрдида, онро ба ҷои бехатар интиқол диҳед.



Дар сурати гумонбар шудани осеби сутунмӯҳраи гардан сари худро бо гардан бечо кардан лозим аст.

1.2. Қоидаҳои умумии интиқоли ҷабрдида.



Ҳангоми ҳаракат ба боло дар зинапоя (ҳангоми ворид шудан ба салон) нақлиет) - и зарардида сари худро ба пеш мебаранд.



Ҳангоми ҳаракат ба зинапоя (ҳангоми аз нақлиет баровардан) ҷабрдидаро интиқол медиҳанд бо пойҳои худ ба пеш.



Ҳангоми ҳаракат ҷабрдида бо калон аз даст додани хун пойҳои ӯ бояд аз сари боло будан



Барандаи ҷабрдида дар пеш ба зери пойҳо бодикқат менигарад ва ба касе, ки аз қафо меравад, дар бораи ҳама монеаҳо.
Барандаи ҷабрдида аз қафо вазъиятро назорат мекунад ҷабрдида ва дар зарурат фармон медиҳад: Дар ин ҷо! Иқоти ҳамл сар шуд!"е Дар ин ҷо! Аз даст додани ҳуш!».

ҲАНГОМИ КЎЧОНИДАНИ ҚУРБОНИЕН ШУМО НАМЕТАВОНЕД “БА ПО” РАВЕД!



Ҷабрдида ро ба нақлиет ё ба ҷои беҳатар интиқол додан мумкин аст бо роҳҳои гуногун, вобаста ба хусусияти ҷароҳатҳо ва ҳолати ҷабрдида, шумораи иштирокчиёни ҳаракат ва ҷисмонии онҳо имкониятҳо.

а. Гузаронидани ҷабрдида танҳо бо дастгирӣ. Барои истифода бурда мешавад ҳаракати шахсон ба осонӣ осебдида дар шуур.



б. Гузаронидани ҷабрдида танҳо бо ришта. Барои ҳаракати истифода мешавад ба масофаи наздик зарардидагон, ки вазни зиёд доранд. Номатлуб истифода дар шахсон зарардида бо ҷароҳатҳои дасту пой.



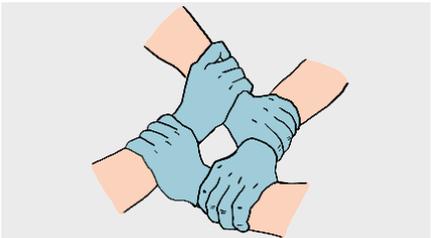
в. . интиқоли ҷабрдида танҳо дар пушт. Метавонад барои интиқоли осебдидагон, ки вазни кам доранд. Барои интиқол истифода намешавад қурбониёни беҳобӣ.



г. интиқоли ҷабрдида дар даст. Аз ҷониби шахсон истифода мешавад, ки дорои барои татбиқи ин усули қувваи ҷисмонӣ. Бо ин роҳ имконпазир аст интиқоли қурбониёни беҳобӣ. Ин тавр таҳаммул қардан номуносиб аст ҷабрдидагон бо гумони осеби сутунмӯҳра.



д. интиқоли ҷабрдида танҳо дар китф. Ҳангоми интиқол бо ин роҳ дасти ҷабрдида ро бояд нигоҳ дошт. Ин усул дар интиқолдиҳандагони зарардида бо осеби сина, шикам ва сутунмӯҳра.



е. интиқоли ҷабрдида ду нафар дар қалъа аз чор даст. Дастҳо чунин гирифта мешаванд ба тарзи печонидани дастони дасти дигар ва дасти ердамчӣ. Фиксатсияи дастпӯшакҳо он бояд ба қадри кофӣ қавӣ бошад, то ҷабрдида ро нигоҳ дорад



ҷ. пас аз ташкили “қалъа” ҷабрдида ба он нишаста, пас аз он бардоштан ва бардоштан. Ҷабрдида метавонад ба китфи интиқолдиҳандагон часпад мардуми ӯ.



з. интиқоли ҷабрдида ду нафар дар қулфи се даст бо дастгирии зери пушт. Бо истифода аз ин усул яке аз иштирокчиени ёрии аввал дасташро ба қалъа намегирад, балки онро дар китфи дигаре ҷойгир мекунад. Дар ин даст ҷабрдида ҳангоми интиқол метавонад таъя кунад. Ҳамин тариқ интиқол дода мешавад шахсони зарардида, ки хавфи беҳушӣ доранд ё шахсони зарардида, ки онҳо наметавонанд худро дар қулфи чор даст нигоҳ доранд.



и. интиқоли ҷабрдида ду нафар барои дасту пой. Ҳангоми интиқол бо ин усул, яке аз иштирокчиени ёри аввал ҷабрдидаро аз бозуи худ нигоҳ медорад як даст, дастҳои зери бағал ва дасти дигар зери зонуҳо.



к. интиқоли ҷабрдида бо гумони осеби сутунмӯҳра. Барои интиқол ҷабрдида бо гумони осеби сутунмӯҳра бояд якчанд шахсе, ки таҳти роҳбарии яке аз иштирокчиени ёри аввалия ҷабрдидаро бардошта мебаранд. Ҳангоми интиқол яке аз иштирокчиен ёри аввал бояд сар ва gardани ҷабрдидаро бо дасти худ ислоҳ кунад бо дастони худ. Қулайтар ва бехатар барои ҷабрдида бо осеби гумонбар дар сутунмӯҳра онро дар сатҳи саҳт ва ҳамвор (масалан, дар қалъа) интиқол диҳед.

2. Гузаронидани муоинаи ҷабрдида ва расонидани ёри аввал барои хунравии беруна.



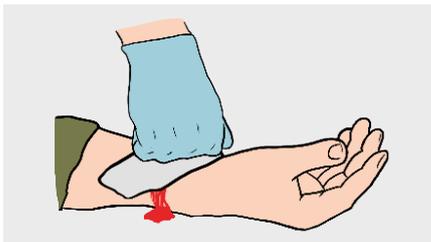
Боварӣ ҳосил кунед, ки ба шумо ва ҷабрдида ҳеҷ чиз таҳдид намекунад. Истифода баред дастпӯшакҳои тиббӣ барои муҳофизат аз моеъҳои бадани шахси зарардида.

Ҷабрдидаро ҳаракат диҳед (агар лозим бошад).

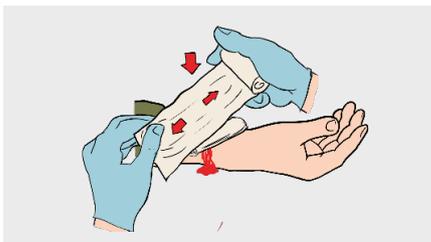


Барои муайян кардани қавӣ зуд (дар давоми 1-2 сония) имтиҳони баррасиро анҷом диҳед хунравии беруна.
Қатъи хунравиро ба таври мувофиқтарин е онҳо анҷом диҳед дар якҷоягӣ.

Роҳҳои муваққатан қатъ кардани хунравии беруна:



1. Фишори мустақимро ба захм иҷро кунед.



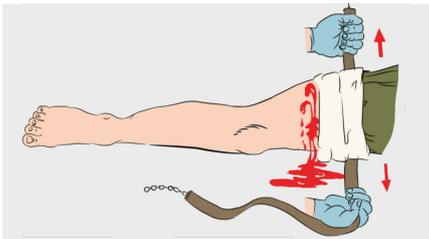
2. Бинти фишурдaro пӯшед. Захмро бо чанд дастмолe печонед ё якчанд қабатҳои печонидашудаи бинти дока. Аз боло сахт бандед. Агар бинт тар шавад, ба болои он боз чанд қабати зич печонидашуда гузоред дастмолҳо ва кафи худро ба болои бинт сахт пахш кунед.



Агар дар захм ашёи бегона мавҷуд бошад онро бо роликҳои бинт маҳкам кунед, бо часпак ё бинт.

Аз захм ашеи бегонаро дар ҷои худ хориҷ кунед ҳодисаҳо манъ аст!

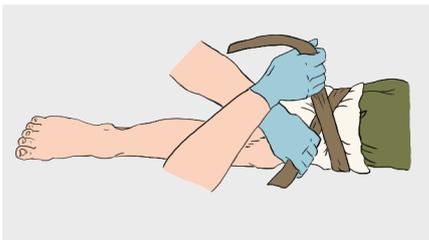
Ба ёрии таъҷилии тиббӣ (мустақилона ё бо ёрии дигарон) занг занед кӯмак.



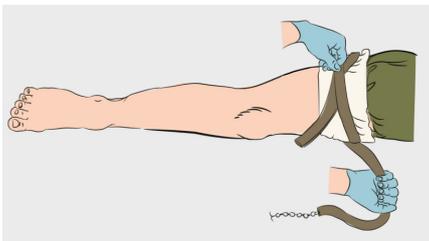
3. Турникети стипендияро ба кор баред.

Дар ин ҳолат турникет танҳо ба хунравии узв гузошта мешавад, вақте ки боздоштани хунравӣ ба тариқи дигар имконнопазир аст ё онҳо не самаранок!

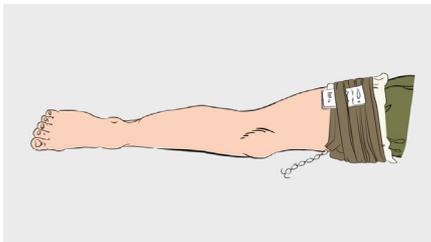
Турникет ба болопӯш / унсури либоси ҷабрдида гузошта мешавад (истисно турникети турникет аст) аз болои захм ва ба қадри имкон наздиктар (дар



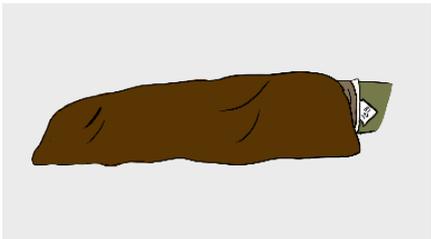
Турникетро ба зери дасту пой биеред ва дароз кунед. Даври аввали турникетро мустаҳкам кунед ва боварӣ ҳосил кунед, ки хунравӣ аз захм қатъ шудааст.



Бо қувваи камтари спирали болоравӣ гиреҳҳои минбаъдаи турникетро ба кор баред, гирифтани гардиши қаблӣ тақрибан нисфи.

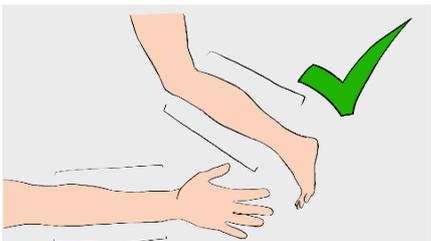


Дар зери турникет ёддошт гузored, ки сана ва вақти дақиқи омехтаро нишон медиҳад. Нест турникетро бо бинт е унсурҳои либос пӯшед.

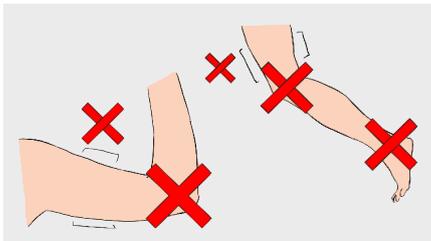


Пас аз гузоштани камарбанд узви осебдидаро бояд бечо кард (иммобилизатсия) ва бо либоси гарм е кўрпаи гармӣ печонед.

Вақти бехатартарини истифодаи турникет 2 соат дар ҳар вақти сол аст. Баъд аз дар ин вақт танҳо дар тибби махсус хориҷ кардани камарбанд имконпазир аст муассиса.

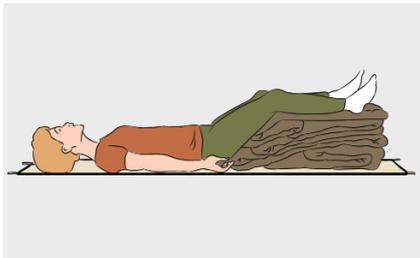


Истифодаи турникет ба шин ва бозу имконпазир аст!



Турникет ба буғумҳо гузошта намешавад, сеяки миена китф ва сеяки поении хуч

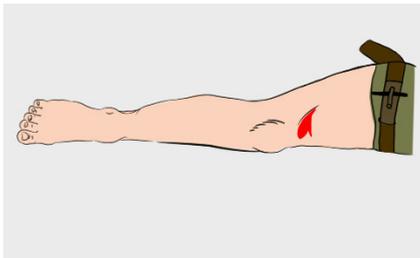
Агар кӯмак пеш аз ба охир расидани вақти максималӣ наояд дар сурати мавҷуд будани тайерӣ, инҳоро иҷро кунед:



1. Ба захм фишори мустақим гузоред.
2. Турникетро барои 15 дақиқа воз кунед.
3. Ба қадри имкон массажи дасту пойро анҷом диҳед.
4. Турникетро каме болотар аз ҷои қабати қаблӣ гузоред.

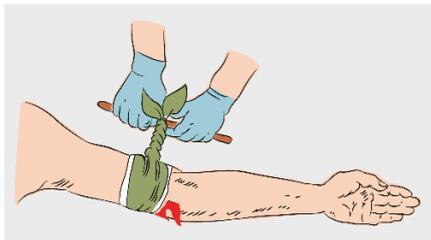
Агар хунравӣ дубора ва мустақим бошад фишор ба захм кӯмак намекунад-ФАВРАН турникетро мустаҳкам кунед!

Гузоштани турникет-турникет:

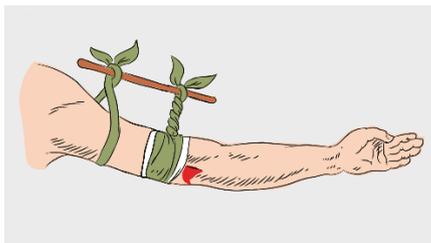


Лентаро аз банд гузаронед ва лентаро ба атрофи дасту пой печонед. Velcro-ро маҳкам кунед. Гардани (фишанги) турникетро то пурра қатъ шудани хунравӣ гардонед. Дарвозаро ба сӯрохи қулф гузоред (е ба тариқи дигар, мувофиқи дастур истеҳсолкунанда).

Дар сурати набудани турникети чадвал, турникети чархзанандаро истифода



Дар атрофи дасту пой турникети печдорро аз маводи дастӣ (матоъ, болопӯш) гузored дар болои захм болои либос ё бо гузоштани матоъ ба пӯст. Ақсои онро гиреҳ кунед барои сохтани ҳалқа.



Чӯбро (ё дигар ашёи шабеҳро) ба ҳалқа гузored, то он бошад дар зери гиреҳ. Ҳангоми гардиши чӯб, то қатъ шудани хунравӣ печи печдорро мустаҳкам кунед. Чӯбро маҳкам кунед, то он кушода нашавад. Дастгоҳи гардиш бо ҳамон қоидаҳое, ки дастгоҳи табелӣ гузошта мешавад, гузошта мешавад.

3. Усули санҷиши шуур ва нафаскашӣ.



Барои санҷиши шуур ҷабрдидаро ба китфи худ оҳиста тормоз диҳед ва пурсед: “Ба Шумо чӣ шуд? Қўмак лозим аст?».



Роҳҳои нафасро кушоед. Барои ин як дастро ба пешонӣ гузоштан лозим аст ҷабрдида, бо ду ангушти дигар манаҳи худро бардоред ва саратонро ба қафо гузоред.

Рухсора ва гӯшатонро ба даҳон ва бинии ҷабрдида таҷя кунед, ба синаи онҳо нигоҳ кунед қафас. Ба нафаси ӯ гӯш диҳед, ҳавои нафасгирифтаро дар рухсораи худ эҳсос кунед, мавҷудият е набудани ҳаракатҳои қафаси қабурғаро (дар тӯли

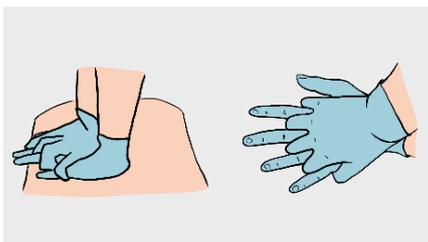


Дар сурати набудани нафас ба ёрдамчӣ супориш диҳед ки ба ёрии таъҷилии тиббӣ занг занад:

“Одамнафаснамекашад. Баёриитаъҷил зангзанед, ба ман хабар диҳед, кичидаъват шудааст.”

4. Гузаронидани реаниматсияи дилу шуш.

4.1. Қоидаҳои фишор ба қафаси қабурға.

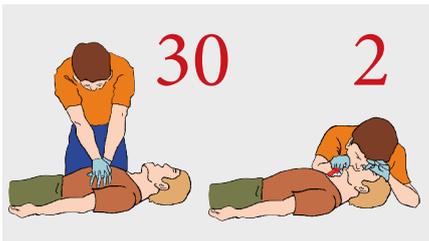


ТАНҲО ДАР САТҲИ САҲТ ГУЗАРОНИДА МЕШАВАД ДАР РӯИ ЗАМИН!

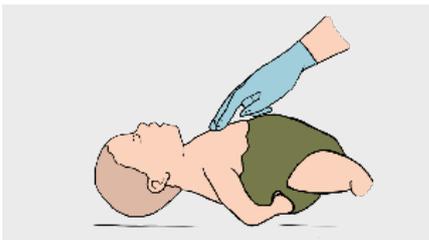
Пойгоҳи хурморо ба мобайни қафаси қабурға гузоред. Дасти дигарро ҷойгир кунед дар болои аввал, ангуштони худро ба қулф гиред.



Дастҳои худро дар буғумҳои оринҷ рост кунед, китфҳоятонро ба болои ҷабрдида гузоред, то фишор ба ҳамвори сина перпендикуляр амалӣ карда мешуд.



Фишори дастҳо ба устухони синаи ҷабрдида вазни тамоми баданро иҷро кунед, дар дар чуқурии 5-6 см, бо суръати 100-120 дар як дақиқа



Кӯдакони то 1-сола бо ду ангушт ба устухони сина фишор меоранд.
Ба кӯдакон

4.2. Қоидаҳои нафаскашии сунъӣ.



Сари ҷабрдидаро бо як даст ба пешониаш гузошта, боло кунед манаҳ бо ду ангушти дасти дигар.

Бинии ҷабрдидаро бо ду ангушт часпонед. Нафаси муқаррарии худро гиред, даҳони ҷабрдидаро бо лабони худ герметикӣ печонед, яксон кунед дар давоми 1 сония ба роҳи нафасаш нафас кашед ва болоравии синаашро тамошо кунед ҳуҷайраҳо. Барои 2 нафаси сунъӣ бояд на бештар аз 10 сарф карда шавад сония.



абул кунед.: Ҳангоми гузаронидани ин чорабинӣ тавсия дода мешавад, ки дастгоҳи нафаскашии сунъӣ даҳон дастгоҳ даҳон, ки ба таркиби дорухонаҳо дохил мешавад

30 фишорро ба стернум бо 2 нафаси сунъӣ иваз кунед, новобаста аз шумораи одамоне, ки реаниматсияро мегузаронанд,

4.3. Истифодаи дефибриллятори берунии автоматӣ (АНД).



Агар имконпазир бошад, дефибриллятори худкори берунаро истифода баред! Муруҷиат кунед онро ҳам фавран (дар лаҳзаи қатъи тапиши дил) ва ҳам пас аз 3-5 дақиқа қардан мумкин аст.



Барои ин:

- Ёрдамчиро БИЕРЕД АНД.

- Гузаронидани реаниматсияи дилу шушро оғоз кунед: 30 фишор ба қафаси сина қафасро бо 2 нафаси сунъӣ иваз кунед.

- Вақте КИ АНД расонида мешавад-АНДРО фаъол кунед ВА дастурҳоро иҷро кунед:

- электродҳоро ба қафаси қабурға пайваст кунед.

Эзоҳ: агар кӯмак аз ҷониби ду ва ё зиёда иштирокчиен расонида шавад, пас

- бо фармони АНД боварӣ ҳосил кунед, ки касе ба ҷабрдида даст нарасонад ва клик кунед тугма барои додани разряд.



- Пас аз ин, ГУЗАРОНИДАНИ CPR-ро идома диҳед.

- Бо иваз кардани дефибриллятсия ва CPR ба шахси зарардида кӯмак расонед!



Реаниматсияи дил ва шуш метавонад қатъ кунед, агар:

- бригадаҳои ёрии таъҷилии тиббӣ ё хадомоти махсус омаданд,

- ҷабрдида аломатҳои равшани ҳаёт дошт,

- бо сабаби ҷисмонӣ идома додани реаниматсияи дилу шуш ғайриимкон аст хастагӣ (ёрдамчи бояд ҷалб карда шавад),

- барои шахсе, ки ёрии аввалия мерасонад, таҳдид ба миён омад.

- Пас аз ин, ГУЗАРОНИДАНИ CPR-ро идома диҳед.

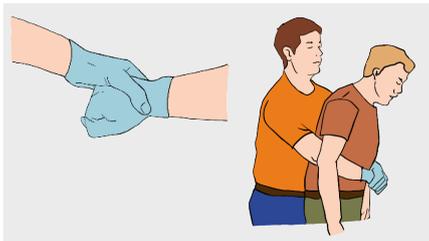
- Бо иваз кардани дефибриллятсия ва CPR ба шахси зарардида кӯмак расонед!

4.4. Расонидани ёри аввал барои пурра вайрон кардани гузаришроҳи нафас бо ҷисми бегона:



ДАР КАЛОНСОЛОН

Дар паси ҷабрдида истода, ба пеш ҳам кунед, бо пояи кафи даст молеҷ 5 зарбаи шадид байни кордҳои китф. Пас аз ҳар як зарба санҷед-ое он ноком шуд монед бар тараф кунед.

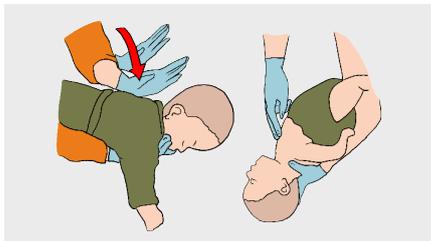


Агар ҷисми бегона хориҷ карда нашавад, дасти ҷабрдидаро дар сатҳи боло печонед қисмҳои шикам. Як дастро ба мушт фишор диҳед ва онро дар болои тугмаи шикам бо ангушти калон ҷойгир кунед ба худ. Мушти худро бо дасти дигар печонед ва шиками ўро ба самти саҳт пахш кунед дарун ва боло. Силсилаи фишорро 5 маротиба такрор кунед.



ДАР ЗАНОНИ ҲОМИЛА ВА ОДАМОНИ ФАРБЕҲ (МУМКИН НЕСТ Е БА ШИКАМ ТЕЛА ДОДАН ҒАЙРИИМКОН АСТ!)

Бо зарбаҳо байни кордҳои китф оғоз кунед, фишорро ба поени қафаси сина иҷро кунед ҳуҷайраҳо.



ДАР КЎДАКОН

Аломатҳо: кўдак нафасгир мешавад, гап зада наметавонад, ногаҳон кабуд мешавад, шояд аз ҳуш равад.

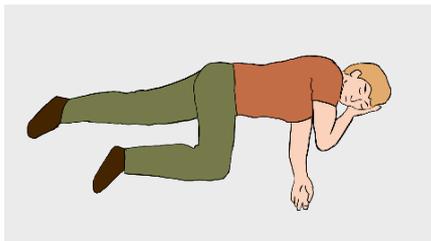
Кўдакро ба бозуи бозуи худ, сар ба поен гузored ва сарашро нигоҳ дored, байни кордҳои китф 5 зарба занед.

Дар сурати ноком шудани пахта, бо ду ангушт ба қисми поени 5 зарба занед қафаси сина. Ин фаъолиятҳоро то он даме, ки ашеи бегона такрор кунед, такрор кунед гирифта мешавад.



Агар ҷабрдида беҳуш шуда бошад-срг-ро оғоз кунед.

Дар ин ҳолат, ба пайдоиши эҳтимолии қисми бегона дар даҳон диққат диҳед, то ки онро саривақт нест кунед.



Пас аз барқарор кардани нафас, ба шахси зарардида канори устувор диҳед вазъият. Пеш аз омадани ёрии таъҷилий назорати доимии нафасро таъмин кунед ёрии тиббӣ!

5. Гузаронидани муоинаи муфассал ва пурсиши абрдида.

Муоинаи муфассали ҷабрдида барои муайян кардани аломатҳои ҷароҳат, захм, захролудшавӣ, газидан ё нешзани гузаронида мешавад ҳайвоноти захролуд, осебҳои механикӣ, кимиевӣ, барқӣ, ҳароратӣ омилҳо, таъсири радиатсия ва дигар шароитҳое, ки ба ҳаёт ва саломатӣ таҳдид мекунанд.

Муоинаи муфассали ҷабрдида ба қадри имкон бодикқат ва бодикқат гузаронида мешавад!



1

Сари худро тафтиш
кунед ҷабрдида.



2

Санҷиши гарданро
анҷом диҳед
ҷабрдида.



3

Тафтиш кунед сина
ва пушт ҷабрдида.



4



5

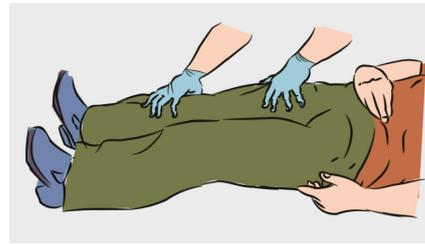
Санҷиш гузаронед
шикам ва коси хурд
ҷабрдида.



6



Ҳар якро тафтиш
кунед дасти
ҷабрдида.



Санҷиши муфассали пойро
анҷом диҳед ҷабрдида.
Ҳангоми муайян кардани
ҷароҳатҳо ва дигар шароитҳо,
ба ҳаёт ва саломатӣ таҳдид
мекунад ҷабрдида, иҷро кунед
чорабиниҳои дахлдори ёрии

Ҳангоми муайян кардани ҷароҳатҳо ва дигар шароитҳо, ки ба ҳаёт ва саломатӣ таҳдид мекунад ҷабрдида, чораҳои дахлдори ёрии аввалро иҷро кунед.

6. Ёрии аввал барои ҷароҳатҳо, таъсири радиатсионӣ, баланд ҳарорат, кимиевӣ, нешзанӣ ё нешзанӣ ҳайвоноти захролуд.

6.1. Ёрии аввал барои ҷароҳатҳо.

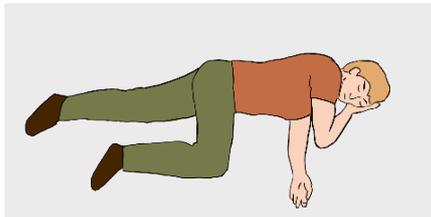
6.1.1. Ёрии аввал барои осеби сар



Хунравиро бо фишори мустақим ба захм ва гузоштани бинти фишор қатъ кунед.
Ба ёрии таъҷилии тиббӣ (мустақилона ё бо ёрии дигарон) занг занед.
Мавҷудияти шуур ва нафасро назорат кунед.



Дар сурати набудани нишонаҳои ҳаёт, ба реаниматсияи дилу шуш гузаред. Ба ёрии таъҷилии тиббӣ (мустақилона ё бо ёрии дигарон) занг занед кӯмак. ПЕШ АЗ барқарор кардани нафаскашии худ Е пеш аз расидан CPR гузаронед кормандони тиб.



Пас аз барқарор кардани нафас (ё агар нафас нигоҳ дошта шуда бошад) диҳед ҷабрида мавқеи устувори паҳлӯӣ дорад. Таъмини назорати доимӣ барои то омадани ёрии таъҷилии тиббӣ нафас кашед.

6.1.2. Ёрии аввал барои осеби чашм ва пилкҳо.



Барои осеби чашм ва пилкҳо ба ҳарду чашм бинт гузоред (агар ҳарду бо бинт пӯшида нашаванд чашм, ҳаракатҳои чашми солим боиси ҳаракат, дард ва иловагӣ мешаванд зарар дар чашми зарардида).
Ба ёрии таъҷилии тиббӣ занг занед



Ҷабрида бояд танҳо бо дасти ҳамроҳаш ҳаракат кунад!

6.1.3. Ёри аввал барои хунравии бинӣ.



Ҳангоми хунравии бинӣ ҷабрдида ро нишинед, сарашро каме ҳам кунед ба пеш. Болҳои биниро барои 15-20 дақиқа ғун кунед. Дар ин ҳолат шахси зарардида бояд нафас кашад бо даҳон!



Ба пули бинӣ хунук молед (руймол, барф, ях).



Ба шахси зарардида тавсия диҳед, ки ба хун туф кунад (ҳангоми ворид шудани хун ба меъда қайкунӣ метавонад инкишоф ёбад). Агар хунравӣ дар давоми 15-20 дақиқа қатъ нашавад, ба ёри таъҷилии занг занед ёри тиббӣ.

6.1.4. Ёрии аввал барои осеби гардан.



Ҳангоми хунравӣ ба захм фишори мустақим гузored ва бинти фишурдарo молед.



Дар сурати гумонбар шудани осеби қисми гардани сутунмӯҳра (САДАМАИ НАҚЛИЕТӢ, афтидан аз баландӣ), ғаввосӣ), агар ҳаракати чабридида зарур бошад, сари ўро маҳкам кунед ва гардани дастӣ. Ҳангоми истихроҷи фаврии чабридида қулф кунед бо дасти худ гардани ў.

Ба ёрии таъҷилии тиббӣ (мустақилона е бо ёрии дигарон) занг занед.

6.1.5. Ёрии аввал барои захми қафаси сина.



Аломатҳо: хунравӣ аз захми қафаси сина бо пайдоиши эҳтимолӣ ҳубобчаҳо ва чабби ҳаво тавассути захм.

Дар сурати мавҷуд набудани ашеи бегона дар захм кафи худро ба захм пахш кунед ва ба он пӯшед дастрасии ҳаво. Агар захм гузарад, сӯроҳиҳои захми даромад ва баромадро пӯшед.



Захмро бо маводи ҳавой пӯшед (захмро мӯҳр кунед), ин маводро бо бинт е ямоқ маҳкам кунед.



Ба ҷабрдида мавқеи нимҳучрагӣ диҳед, ки ба тарафи зарардида нишеб бошад.

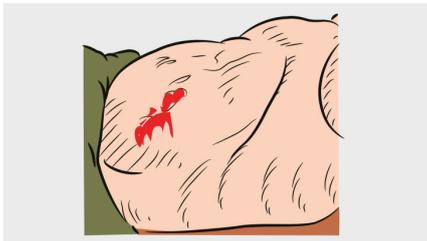


Агар дар захм ашеи бегона мавҷуд бошад, онро бо роликҳои бинт маҳкам кунед, бо часпак е бинт.

Аз захм ашеи бегонаро дар ҷои худ хориҷ кунед ҳодисаҳо манъ аст!

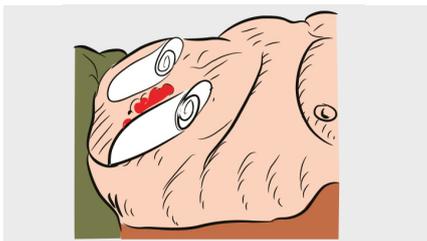
Ба ёрии таъҷилии тиббӣ (мустақилона е бо ёрии дигарон) занг занед.

6.1.6. Ёри аввал барои ҷароҳатҳои шикам.

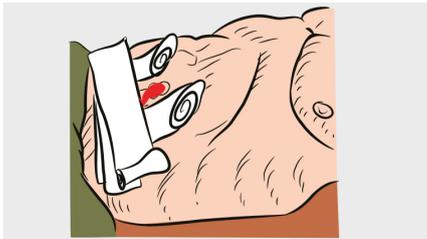


Ҳангоми мавҷуд будани хунравӣ-ба захм фишори мустақим гузоред, молед банди фишурдашуда.

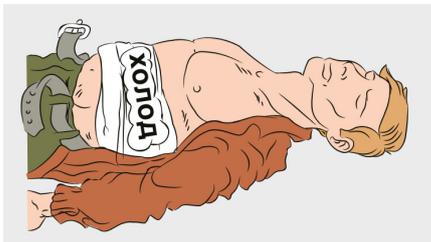
Ба захм ворид кардани дохили афтода манъ аст узвҳо, онҳоро саҳт меҳкӯб кунед, аз захм хориҷ кунед мавзӯи бегона.



Ҳангоми захми шикам бо реҳтани узвҳои дохилӣ дар атрофи узвҳои афтода ғалтаки бинти доқаро гузоред (узвҳои дарунии афтодаро муҳофизат кунед).



Ба болои ғалтак бинт ё матои тозаӣ бо об тар кардашударо молед. Бе паҳш кардани узвҳои афтода, бинтро ба шикам бандед.



Дар сурати захми пӯшидаи шикам (бе захми намоени девори шикам) гузоштан хунук дар шикам, ба ҷабрдида мавқеи пуштро бо ғалтаки зери он диҳед бо пойҳои нимчунбӣ ва қач.



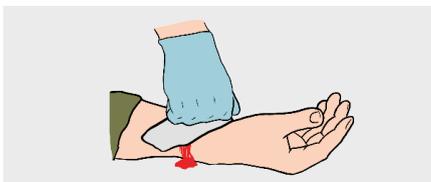
Ҷабрдида аз гипотермия муҳофизат кунед. Бо либосҳои гарм, либос пӯшед. Ба ёрии таъҷилии тиббӣ (мустақиллона ё бо ёрии дигарон) занг занед.

Барои ҷароҳатҳои шикам ба ҷабрдида нӯшидан ва хӯрдан манъ аст! Барои қонёъ кардани ҳисси ташнагӣ-лабони ўро тар кунед.

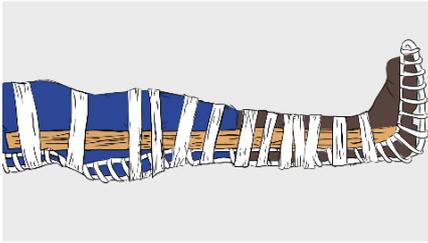
6.1.7. Ёрии аввал барои ҷароҳатҳои дасту пой.



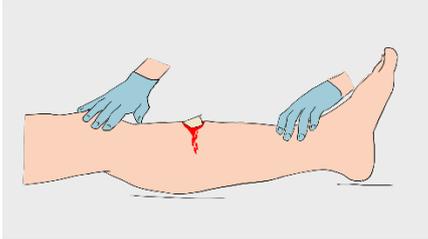
Боварӣ ҳосил кунед, ки ба шумо ва ҷабрдида ҳеҷ чиз таҳдид намекунад. Тиббиرو истифода баред дастпӯшакҳо барои муҳофизат аз моеъҳои бадани шахси зарардида. Ҷойивазкунӣ ҷабрдида (дар ҳолати зарурӣ).



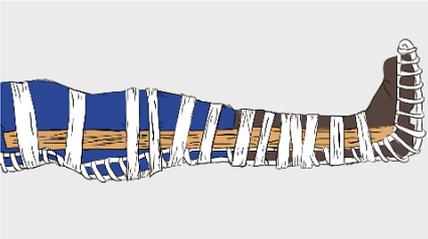
Ба ёрии таъҷилии тиббӣ (мустақиллона ё бо ёрии дигарон) занг занед. Хунравии берунаро қатъ кунед.



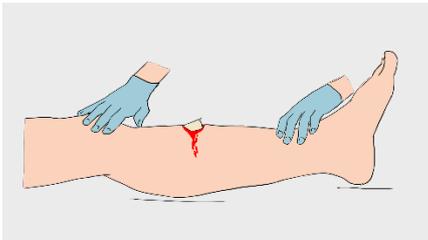
Агар интиқоли мустақили ҷабрдида пешбинӣ шуда бошад, таъмин намоед ҷойгоҳи устухонҳои шикаста бо истифода аз шина ё воситаҳои дастӣ, дар болои либос.



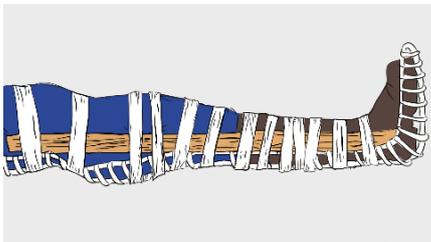
Иммобилизатсия бо бечо кардани ду нафар анҷом дода мешавад пайвандҳои ҳамсоя, ки дар боло ва поён ҷойгиранд шикастагӣ.



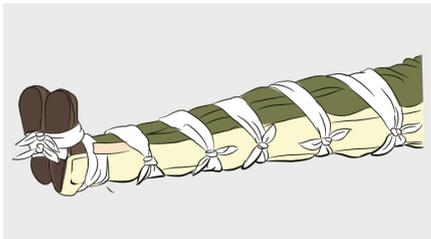
Шинаҳо ё шинаҳои ҳамвор ва танг метавонанд ҳамчун иммобилизатсия истифода шаванд аше: чӯбҳо, тахтаҳо, линейкаҳо, чӯбҳо, фанер, картон ва ғайра. кунҷҳо ва кунҷҳои тез шинаҳои воситаҳои дастӣ бояд ҳамвор карда шаванд, бо бинт печонида шаванд. Пас аз гузоштан шинаро бо бинт ё часпак маҳкам кардан лозим аст. Ҳангоми шикастани шина дар болои либос ва пойафзол гузошта мешавад.



Ҳангоми шикастани кушода, шумо наметавонед шинаро ба ҷойгоҳе, ки ба берун мебароянд, молед қисмҳои устухонӣ.



Шина дар тамоми дарозӣ (ба истиснои сатҳи шикастан) ба таври зич пайваст карда мешавад бо бинт ба узвҳо, вале на он қадар танг, ки гардиши хун вайрон нашавад. Дар шикастани узви поении шинаро аз ду тараф гузоред.



Дар сурати набудани чархҳо ӯ воситаҳои дастӣ пои осебдида метавонад имобилизатсия кунед, онро ба пои солим ва дастро ба бадан часпонед.



Ҷабрдида аз гипотермия муҳофизат кунед, нӯшокии фаровони гарм ва ширин диҳед.

6.2. Ёри аввал барои заҳролудшавӣ.

6.2.1. Ёри аввал барои заҳролудшавӣ тавассути даҳон.



Ба ёри таъчили тиббӣ (мустақилона ё бо ёри дигарон) занг занед кӯмак. Вазъияти ҳодисаро муайян кунед (дар сурати заҳролудшавии доруворӣ бастаи доруҳоро ба мутахассиси соҳаи тиб пешниҳод кунед).

Агар ҷабрдида ҳушер бошад, ба ӯ 5-6 стакан об нӯшед ва занг занед ду ангуштро ба решаи забон тела дода, қай кунед. Пас аз қайкунӣ, шустанро такрор кунед. Ҳаҷми умумии моеъи гирифташуда ҳангоми шустанӣ меъда бояд 2,5–5 л бошад. Шустанӣ меъда то “оби тозаи шустан” гузаронида мешавад.



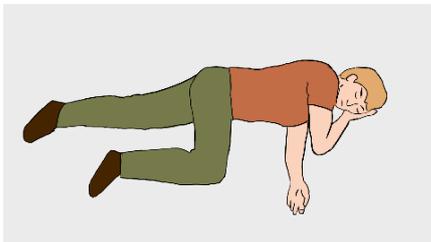
ДАР СУРАТИ БЕҲУШӢ МЕЪДАРО ШУСТА НАМЕСАВАД!

Агар ҷабрдида беҳуш бошад, мавҷудияти шаҳси мустақилро муайян кунед нафаскашӣ ва (е) гардиши хун.



Дар сурати набудани нишонаҳои ҳаёт, ба реаниматсияи дилу шуш шурӯъ кунед (ниг.саҳ. 24).

ПЕШ АЗ барқарор кардани нафаскашии худ Е пеш аз расидан CPR гузаронед кормандони тиббӣ



Пас аз барқарор кардани нафас (ё агар нафас нигоҳ дошта шуда бошад) диҳед ҷабрдида мавқеи устувори паҳлӯӣ дорад. Назорати доимиро таъмин кунед барои нафаскашӣ пеш аз омадани ёрии таъҷилии тиббӣ!



Ҷабрдида ро бо кӯрпаҳои гарм, либос печонед.

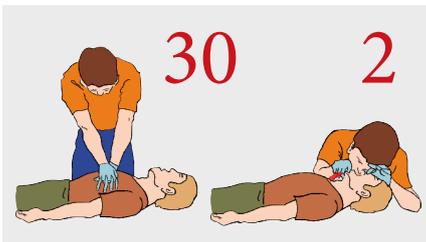
6.2.2. Ёрии аввал барои воридшавии моддаҳои захролуд тавассути роҳҳои нафас.



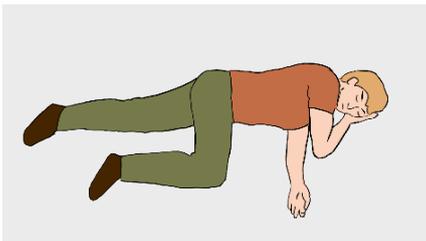
Боварӣ ҳосил кунед, ки ба шумо ва ҷабрдида ҳеҷ чиз таҳдид намекунад, берун кунед ё берун кунед ҷабрдида ба ҷои беҳатар ё тирезаҳоро кушоед, ҳуҷраҳо вентилятсия кунед.

Аломатҳои захролудшавӣ аз оксиди карбон: кандакорӣ дар чашм, занг дар гӯш, сар дард, қайкунӣ, беҳушӣ, сурхии пӯст.

Аломатҳои захролудшавӣ аз гази хонагӣ: вазнинӣ дар сар, чарх задани сар, тиннитус, қайкунӣ, сустии шадиди мушакҳо, афзоиши тапиши дил, ҳоболудӣ, беҳобӣ, беихтиер пешоб кардан, сафедшавии (сафедшавии) пӯст, нафаскашии сатҳӣ, спазмҳо.



Дар сурати набудани нишонаҳои ҳаёт, ба реаниматсияи дилу шуш гузаред. Ба ёрии таъҷилии тиббӣ (мустақилона ё бо ёрии дигарон) занг занед кӯмак. ПЕШ АЗ барқарор кардани нафаскашии худ ё пеш аз расидан CPR гузаронед кормандони тиб.



Пас аз барқарор кардани нафас (ё агар нафас нигоҳ дошта шуда бошад) диҳед ҷабрдида мавқеи устувори паҳлӯӣ дорад. Таъмини назорати доимӣ барои то омадани ёрии таъҷилии тиббӣ нафас кашед.

6.2.3. Ёрии аввал барои осеби чашм.

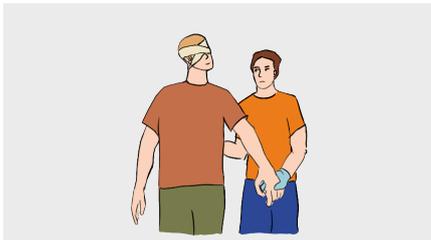


Ҳангоми сӯхтани кимиевии чашм ё ба чашм расидани ҷисмҳои бегона эҳтиёт шавед чашмони худро бо ангуштони худ ҷудо кунед, чашмони худро бо оби тоза (беҳтараш ҳарорати хонагӣ). Чашмонро бояд шуст, то об аз бинӣ холӣ шавад ба маъбад.



Ба ҳарду чашм бинт гузored (агар ҳарду чашм бо бинт пӯшида нашаванд, пас ҳаракатҳо чашмони солим боиси ҳаракат ва дард дар чашми зарардида мегардад).

Ба ёрии таъҷилии тиббӣ (мустақилона е бо ёрии дигарон) занг занед кӯмак.



Ҷабрдида бояд танҳо бо дасти ҳамроҳаш ҳаракат кунад!

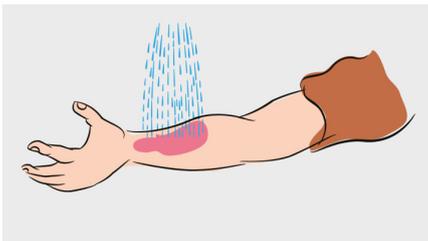
6.3. Ёрии аввал барои сӯхтани гармӣ.



Боварӣ ҳосил кунед, ки ба шумо ҳеҷ чиз таҳдид намекунад. Ҷабрдидаро боздоред, ўро хобонед ба замин.



Либоси сӯхтаро бо ҳар роҳе хомӯш кунед (масалан, шахсро пӯшонед бо матои оташгиранда).



Сатҳи сӯхтаро бо об барои 20 дақиқа хунук кунед.



Ҳубобҳоро накушоед, ашеи бегона ва ашеи часпидаро аз захм дур накунед либос! Ба рӯи сӯхта бинти хушкида ва хунук молед либосҳо. Нӯшокии фаровон диҳед.

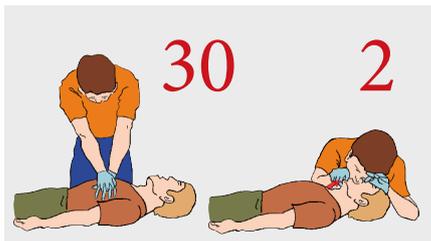


Ба ёрии таъҷилии тиббӣ (мустақилона ё бо ёрии дигарон) занг занед кӯмак

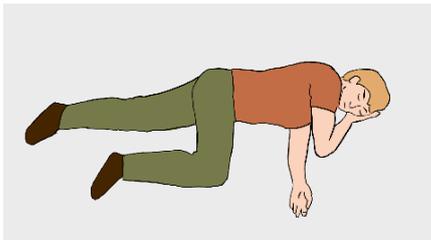
6.4. Ёри аввал барои зарбаи гармӣ (офтобӣ).



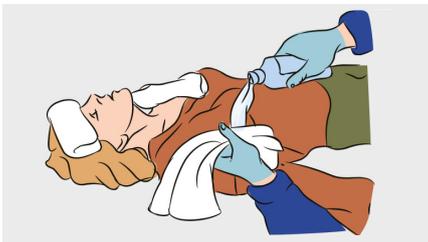
Дар сурати пайдо шудани аломатҳои зарбаи гармӣ (офтобӣ) (ҳарорати баланд бадан, пӯсти тар ва саманд, дарди сар, дилбеҳузурӣ ва қайқунӣ, чарх задани сар, заифӣ гум шудани ҳуш, кашишхӯрӣ, тапиши дил ва нафаскашӣ) тарҷума кунед ҷабрдидаро ба ҷои хунук ва вентилятсияшуда (ба соя, ба сӯи кушод) интиқол диҳед тиреза).



Дар сурати набудани нишонаҳои ҳаёт, ба реаниматсияи дилу шуш гузаред. Ба ёри таъҷилии тиббӣ (мустақилона ё бо ёри дигарон) занг занед кӯмак. ПЕШ АЗ барқарор кардани нафаскашии худ Е пеш аз расидан CPR гузаронед кормандони тиб.



Пас аз барқарор кардани нафас (ё агар нафас нигоҳ дошта шуда бошад) диҳед ҷабрдида мавқеи устувори паҳлӯӣ дорад. Таъмини назорати доимӣ барои то омадани ёри таъҷилии тиббӣ нафас кашед.



Дастмолҳои дар оби хунук тар кардашударо (салфеткаҳо) ба сар ва гарданатон гузоред.



Ҳангоми кашишхӯрӣ сар ва танаи ҷабрдидаро нигоҳ доред (аммо фишор надихед), муҳофизат аз ҷароҳатҳо.



При восстановлении (наличии) сознания напоите пострадавшего прохладной водой. Ҳангоми барқарор кардани (мавҷудияти) шуур ҷабрдидаро бо оби хунук бинӯшед.

6.5. Ёри аввал барои яхкунӣ.



Ҷабрдидаро ба ҷои гармтар интиқол диҳед.



Дастҳо ва минтақаҳои осебдидаи баданро бо маводи изолятсияи гармӣ пӯшонед (пахта, кӯрпа, либос).

Гармӣ бояд “аз дарун” бо барқарорсозии ҳамзамон сурат гирад гардиши хун.



Минтақаҳои зарардидаро фаъолона гарм кардан мумкин нест (масалан, ба оби гарм андохтан), молидан, масҳ кардан, молидан бо чизе!

Ҷабрдидаро ба кӯрпаҳо печонед, дар ҳолати зарурӣ ба либоси хушк гузаред



Нӯшидани ширини гарми фаровон диҳед.

Ғизои гарм диҳед.

Истифодаи машрубот манъ аст!

Ба ёри таъҷилии тиббӣ (мустақилона ё бо ёри дигарон) занг занед кӯмак.

6.6. Ёри аввал барои гипотермияи умумӣ.



Ҷабрдидаҳо ба хонаи гарм биеред ё ҷабрдидаҳо гарм кунед (печонед ё пардаҳои гарм, пушиши наҷот, либос).
Ба ёрии таъҷилии тиббӣ (мустақиллона ё бо ёрии дигарон) занг занед кӯмак.



Агар ҷабрдида бошуур бошад, нӯшокии фаровони гарм ва ширин диҳед. Ғизо диҳед ҳуҷраи гарм.

Истифодаи машрубот манъ аст!

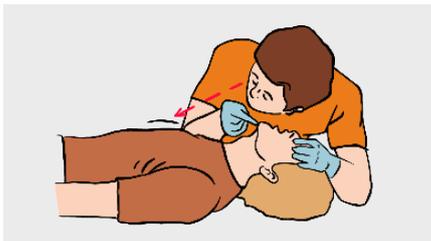
6.7. Ёри аввал барои зарбаи барқ.



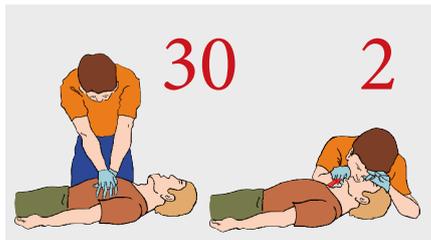
Ба ҳадамоти таъҷилии амалиётӣ бо рақами 112 занг занед.
Амнияти худро таъмин кунед. Дарҳол ба ҷабрдида даст нарасонед, зеро он метавонад зери таъсири ҷараени барқ бошад.
Агар имконпазир бошад, манбаи ҷараенро хомӯш кунед-дар ҳолати барқи маишӣ, ин шумо метавонед бо истифода аз тугма ё дастгоҳ худатон созед қатъи худкор дар ҳисобкунаки барқӣ.
Ҷангоми зарардиҳии барқ дар истеҳсолот ё барқии баландшиддат шабакаҳо бояд то омадани гурӯҳҳои наҷотдиҳандаи садамавӣ интизор шаванд.
Ҷангоми наздик шудан ба ҷабрдида дар рӯи замин қадамҳои хурд гузоред.



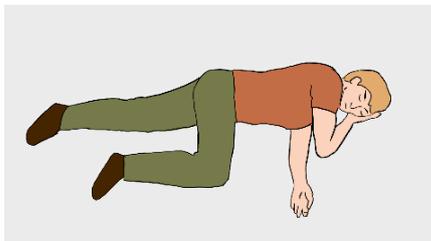
Симро аз шахси зарардида бо ашеи хушк ва ноқил (чӯб) партоед, пластикӣ).
Ҷабрдида ро дар паси либос на камтар аз 10 метр аз ҷои ламс кашед бо сими замин ё аз таҷҳизоти зери шиддат.



Мавҷудияти нафаскашии мустақилро муайян кунед.



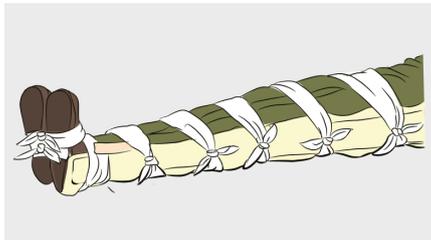
Дар сурати набудани нишонаҳои ҳаёт, ба реаниматсияи дилу шуш гузаред. Ба ёрии таъҷилии тиббӣ (мустақилона ё бо ёрии дигарон) занг занед кӯмак, агар он қаблан иҷро нашуда бошад.
ПЕШ АЗ барқарор кардани нафаскашии худ ё пеш аз расидан CPR гузаронед кормандони тиб.



Пас аз барқарор кардани нафас (ё агар нафас нигоҳ дошта шуда бошад) диҳед ҷабрдида мавқеи устувори паҳлӯӣ дорад. Таъмини назорати доимӣ барои то омадани ёрии таъҷилии тиббӣ нафас кашед.

6.8. Ёри аввал барои газидан е газидани ҳайвоноти заҳролуд.

6.8.1. Ёри аввал барои газидани мор.



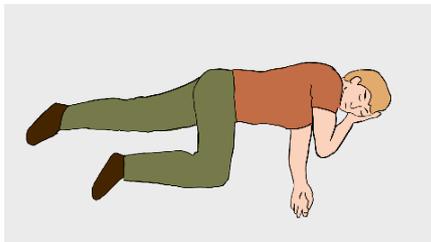
Ҳаракати узви зарардидаро маҳдуд кунед. Ҳангоми газидани пой онро меҳкӯб кунед ба пой дигар.



Ҳангоми газидани даст-онро ба бадан дар ҳолати хамшуда маҳкам кунед. Шумо метавонед ба ҷои газидан хунук молед.



Дар сурати набудани нишонаҳои ҳаёт, ба реаниматсияи дилу шуш гузаред. Ба ёри таъҷилии тиббӣ (мустақилона ё бо ёри дигарон) занг занед кӯмак. ПЕШ АЗ барқарор кардани нафаскашии худ ё пеш аз расидан CPR гузаронед кормандони тиб.



Пас аз барқарор кардани нафас (ё агар нафас нигоҳ дошта шуда бошад) диҳед ҷабрдида мавқеи устувори паҳлӯӣ дорад. Таъмини назорати доимӣ барои то омадани ёрии таъҷилии тиббӣ нафас кашед.

6.8.2. Ёрии аввал барои газидани ҳашарот.



Ҳангоми газидани ҳашарот нешро аз захм хориҷ кунед.



Ба ҷои газидан хунук молед.

Дар сурати пайдо шудани реаксияи аллергия бояд ба духтур муроҷиат кунед.

Пеш аз омадани мутахассиси тиб вазъи ҷабрдиदारо назорат кунед.

6.9. Ёри аввал барои беҳушӣ.



Аломатҳо: саманд, ногаҳонии кӯтоҳмуддат.

Ба ҷабрдида мавқеи устувори паҳлӯ диҳед, галстукро кушоед, дарвозаи либоси беруниро кушоед, камарбанди шимро кушоед, пойафзолро кашед, дастрасии ҳавои тозаро таъмин кунед.



Агар шуур зиёда аз 3-5 дақиқа барқарор нашавад, занг занед (мустақилона ё бо ёри таъҷилии тиббӣ).

Дар ҳар сурат шумо бояд барои муоина ба духтур муроҷиат кунед ва таърифҳои сабаби беҳушӣ.

6.10. Ёри аввал барои шароити мусодира.



Аломатҳо: кашишхӯрии мушакҳои ғайричашмдошт, беназорат ва ритмикӣ (конвулсия), набудани номунтазаме муваққатии нафаскашӣ/шуур, ҷудошавӣ даҳон ё кафк аз даҳон, фелонидани чашм, газидани забон имконпазир аст. Ҳангоми пайдоиши шароити мусодира ҷабрдидаро дастгирӣ кунед (агар ӯ меафтад), сар ва бадани ҷабрдидаро нигоҳ доред (аммо фишор надихед), муҳофизат кунед аз ҷароҳатҳо.



Пас аз анчоми ҳамла, метавонад як муддати кӯтоҳ аз ҳуш равад.
Ба ҷабрдида мавқеи устувори паҳлӯ диҳед ва занг занед (мустақиллона ё бо ёрии дигарон) ёрии таъҷилии тиббӣ.

Дар ҳар сурат, ҳангоми пайдоиши шароити мусодира шумо бояд ба духтур муроҷиат кунед.

7. Кӯмак ба ҷабрдида дар қабули доруворӣ доруҳое, ки қаблан барои истифодаи тиббӣ таъин шуда буданд табиби муолиҷакунанда.



Дар баъзе ҳолатҳо, ҳолати шахси зарардида метавонад аз сабаби қаблан муайяншуда бадтар шавад бемориҳо. Дар чунин ҳолатҳо, шахси зарардида метавонад дар қабули кӯмак ниез дошта бошад доруҳое, ки қаблан аз ҷониби духтури муолиҷакунанда таъин шуда буданд.

Ҳангоми расонидани ёрии аввал (агар ҷабрдида ҳушер бошад) пурсед, ки ое ӯ дорад баъзе бемориҳо (масалан, диабети қанд, фишори баланд/паст ва ғайра) ва ое ӯ ягон доруро ба таври доимӣ мегирад.

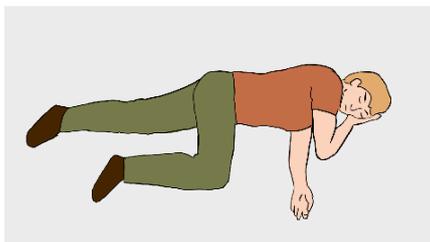
Дар бораи некӯаҳволии шахси зарардида (бо назардошти беморӣ) пурсед ва оё ӯ ҳоло ба он ниез дорад доруворӣ гиред.

Дар гирифтани дору ва гирифтани он кӯмак кунед.

Ба ёрии таъҷилии тиббӣ (мустақиллона ё бо ёрии дигарон) занг занед.

Ҳолати ҷабрдидаро назорат кунед.

8. Додан ва нигоҳ доштани мавқеи оптималии бадан ҷабрдида.



Мавқеи канори устувор:

- Бехабар.
- Бо қайқунии зуд-зуд.
- Дар ҳолатҳои сӯхтани пушт ва сурин.



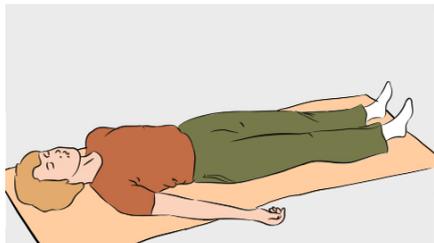
Мавқеи қафо бо зонуҳои баланд ва хамшуда бо пойҳо:

- Ҳангоми осеби шикам.
- Ҳангоми талафоти зиёди хун ё гумонбар шудани хунравии дохилӣ.



Мавқеи нишастан ё нишастан:

- Ҳангоми осеби қафаси сина.



Мавқеъ дар қафо, дар сатҳи саҳт ва ҳамвор:

- Дар сурати гумонбар шудани осеби сутунмӯҳра.

ФГБУ «ЦЭПП МЧС РУСИЯ»

