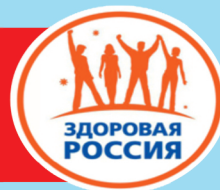


# ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ДЕТСКОМ ТРАВМАТИЗМЕ ЗИМОЙ



## Ушиб конечности



Припухлость и гематома



Легкая боль при движении

## ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ



В первые сутки периодически прикладываем холод: лёд, специальные охлаждающие пакеты, продающиеся в аптеках



Через 24 часа меняем тактику. Место ушиба нужно согреть. Применяем согревающие компрессы, которые помогут быстрее снять отек и ускорят рассасывание синяка

Если боль долго не проходит, обязательно обратитесь к врачу



## Перелом

Закрытый перелом можно заподозрить по следующим симптомам:

- острая боль
- неестественное положение поврежденной конечности
- быстро нарастающий отек в месте повреждения

Для открытых переломов характерно кровотечение, наличие костных отломков в ране



## ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ



При открытом переломе необходимо остановить кровотечение



Необходимо обездвижить сломанную конечность



НЕ пытайтесь самостоятельно вправить отломки



Вызовите скорую помощь

# Сотрясение мозга

## Основные симптомы:



- Потеря сознания
- Провалы в памяти на момент травмы
- Головная боль
- Головокружение
- Тошнота
- Слабость, сонливость

При большом количестве симптомов немедленно вызывайте скорую!

## ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ



Если есть раны, обработайте и забинтуйте их. При сотрясении мозга обратитесь к врачу-травматологу



Если человек потерял сознание после удара, вызывайте скорую помощь. До приезда скорой уложите пострадавшего на бок с согнутыми коленями, руки под голову

# Обморожение

## 1 степень



Покалывания, пощипывания, уменьшение чувствительности

## 2 степень



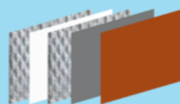
+Кожа синюшная, пузыри с прозрачной жидкостью

## 3 степень



+При сильном обморожении пузыри наполнены кровянистым содержимым

## ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ



Наложите теплоизоляционную повязку, например, слой марли, слой ваты, снова марлю, прорезиненную ткань или марлю, а сверху оберните шерстяной тканью



К предыдущим мероприятиям добавляем согревание в воде комнатной температуры, постепенно повышая её до 35 градусов



При наличии обморожения 3 степени немедленно обратитесь за медицинской помощью



**НЕ СЛЕДУЕТ** растирать пораженные участки снегом и отогревать их в горячей воде



АРХАНГЕЛЬСКИЙ ЦЕНТР  
МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ

Адрес: 163045, г. Архангельск, пр. Ломоносова, 311, 4 этаж

Телефон / факс: 8 (8182) 27-63-50

Телефон горячей линии: 8 (8182) 21-30-36

E-mail: formylazd@mail.ru

Сайт: zdorovie29.ru

[vk.com/zdorovie\\_29](https://vk.com/zdorovie_29)

[facebook.com/29health](https://facebook.com/29health)

[ok.ru/zdorovie29](https://ok.ru/zdorovie29)

[twitter.com/zdorovie29](https://twitter.com/zdorovie29)