

Как правильно оказать первую помощь утопающему

Если вдруг рядом с вами начал тонуть человек, поспешите оказать ему первую помощь. При этом помните, что даже если он уже погрузился в воду, не бросайте попыток найти его, а затем вернуть к жизни. Это можно сделать, если утонувший был в воде около 6 минут.

Утопление – смерть или терминальное состояние вследствие острого кислородного голодания мозга и других тканей, возникающего при заполнении дыхательных путей жидкостью. Смерть при утоплении обычно наступает через 3–5 мин после прекращения дыхания и кровообращения.

Первая помощь при утоплении эффективна только в период клинической смерти и оказывается на месте происшествия. Если пострадавший в сознании, пульс и дыхание удовлетворительные и нет жалоб на недостаточность дыхания, то его следует уложить на жесткую сухую поверхность так, чтобы голова была низко опущена, раздеть, растереть сухим полотенцем, дать горячее питье и укутать теплым одеялом.

При извлечении утопающего из воды необходимо быть крайне осторожным. Ни в коем случае нельзя подплывать к нему спереди, только сзади. Схватив утопающего за волосы или под мышки, нужно перевернуть его вверх лицом и плыть к берегу, не давая ему захватить себя. Оказание первой помощи начинают сразу после извлечения пострадавшего из воды.

Прежде всего следует очистить полость рта и глотки пострадавшего от посторонних предметов. Пострадавшего надо положить животом на колено так, чтобы его голова была ниже уровня грудной клетки. Пальцем, обернутым куском материи, удаляют из полости рта и глотки водоросли, ил, рвотные массы. Делать надо это очень тщательно.

Удалить воду из легких и желудка пострадавшего. Для этого 2-3 раза сдавливают грудную клетку пострадавшего, стараясь удалить из легких и желудка всю воду. После чего пострадавшего переворачивают на спину.

Если отсутствуют дыхание и сердечная деятельность – начать реанимацию. Реанимацию начинают с так называемого прекардиального удара. Пострадавшего укладывают, по возможности, на твердую поверхность. На нижнюю треть грудины наносят короткий, сильный удар кулаком (удар необходимо соотнести с возрастом и массой тела пострадавшего). После чего сразу же определяют пульс на сонной артерии. Иногда одного удара бывает достаточно, чтобы восстановить работу сердца.

Если же прекардиальный удар не принес желаемого результата, тогда начинают реанимацию в полном объеме. Оказывающий помощь становится на колени слева от пострадавшего и кладет обе ладони (одну поверх другой) на нижнюю треть грудины на 2 см влево от средней линии (нижняя треть грудной клетки). Энергичными толчками с частотой 60-80 в минуту нажимают на грудину. Давить надо с такой силой, чтобы грудина смещалась внутрь у взрослого человека на 3-5 см, у подростка на 2-3 см, у годовалого ребенка на 1 см.

У ребенка до 1 года не прямой массаж сердца делают одним большим пальцем.

Не прямой массаж сердца необходимо сочетать с искусственным дыханием. Если помощь оказывают два человека, то один производит искусственное дыхание, второй — массаж сердца. Сначала производят вдвухание воздуха в легкие - сделайте глубокий вдых, приложите свои губы к губам пострадавшего (рекомендуется через платок или марлю) и с силой выдохните воздух. Ноздри пострадавшего при этом надо зажать рукой. Выдох произойдет самостоятельно. После этого — 5-6 массажных толчков в области сердца.

Если помощь оказывает один человек, то после двух подряд «вдвуханий» необходимо произвести 15 массажных толчков.

При восстановлении сердечной деятельности бледность кожных покровов уменьшается, появляется самостоятельный пульс на сонных артериях, у некоторых больных восстанавливаются дыхание и сознание.

Реанимацию продолжать или до восстановления самостоятельной сердечной деятельности и дыхания, или до прибытия «скорой помощи».

Пострадавшего необходимо срочно доставить в больницу в реанимационное отделение. Сделать это надо обязательно, независимо от того, как чувствует себя пострадавший, так как во всех, даже легких случаях, возможны тяжелые осложнения, от которых он может погибнуть.

Безусловно, приемы оживания и спасения совсем не просто применять без практики, и надо бы таким вещам учиться заранее. Но даже если у вас нет никакой подготовки — действуйте!

Заместитель главного врача

Г.М. Лихорад