

## Первая помощь ребенку



Чтобы уметь быстро действовать в непредвиденных экстренных ситуациях, необходимо иметь определенные навыки и знания. Каждая секунда дорога и промедление может стоить жизни ребенку.

Первая помощь – это совокупность простых, целесообразных мер по охране здоровья и жизни пострадавшего от травмы или внезапно заболевшего человека. Правильно оказанная первая помощь сокращает время специального лечения, способствует быстрейшему заживлению ран и часто является решающим моментом при спасении жизни пострадавшего.

Способность быстро и эффективно оказать первую помощь очень ценится в нормальных обстоятельствах. Однако в чрезвычайных ситуациях, когда не приходится ожидать помощи специалистов, значение этой способности неизмеримо возрастает. Несмотря на отсутствие медикаментов и медицинского инструментария, вы можете оказать первую помощь себе или другим уцелевшим людям. Как бы ни были ограничены ваши возможности, сочетание даже минимальных знаний и умений с импровизированным оборудованием может спасти человеческие жизни. Каждый человек должен уметь оказать первую помощь по мере своих способностей и возможностей.

Первая помощь должна оказываться сразу же на месте происшествия быстро и умело еще до прихода врача или до транспортировки пострадавшего в больницу.

Сущность первой помощи заключается в прекращении дальнейшего воздействия травмирующих факторов, проведении простейших мероприятий и в обеспечении скорейшей транспортировки пострадавшего в лечебное учреждение. Ее задача заключается в предупреждении опасных последствий травм, кровотечений, инфекций и шока.

Как и всегда в чрезвычайной ситуации, следует оценить необходимость первой помощи, установить первоочередные задачи, а затем составить план действий и выполнять его. Независимо от обстоятельств, следует придерживаться следующих правил.

- Сохраняйте спокойствие. Какой бы серьезной ни была травма или опасной ситуация, паника только ослабит вашу способность думать и снизит эффективность ваших действий. Кроме того, при этом вы потеряете время, а в кризисной ситуации время может решить в пользу жизни или смерти.

- Избегайте ненужного риска. Это не трусость. Вы не сможете никому помочь, если сами пострадаете. Перед тем как действовать, подумайте тщательно и спокойно, но, по возможности, быстро.

- Постарайтесь успокоить и утешить пострадавших.
- Выясните, нет ли других уцелевших сохранивших активность людей, которые могли бы помочь вам справиться с ситуацией. В частности, поищите, нет ли среди уцелевших медиков или людей, более опытных, чем вы.
- При оценке последствий несчастного случая максимально используйте свои органы чувств. Спрашивайте. Смотрите. Слушайте. Нюхайте. Затем подумайте и действуйте. Попросите пострадавшего описать свои симптомы, сказать вам, что, по его мнению, произошло, и что, согласно его ощущениям, у него не в порядке.

### **Техника реанимации.**

Чтобы уметь быстро действовать в непредвиденных экстренных ситуациях, необходимо иметь определенные навыки и знания. Каждая секунда дорога и промедление может стоить жизни ребенку. Если Ваш ребенок потерял сознание, придерживайтесь этих правил, прежде чем лечить другие повреждения.

Если ребенок перестал дышать, то жизненно необходимо немедленно обеспечить доступ воздуха в легкие ребенка, чтобы не наступили необратимые изменения в мозге, а это достигается проведением искусственной вентиляции легких. Нагнетая воздух в легкие ребенка, Вы предупреждаете появление необратимых изменений в головном мозге и можете оживить ребенка.

При остановке сердца необходимо сделать наружный массаж сердца, чтобы кровь циркулировала по телу. Не сдавайте! Были случаи, когда детей оживляли и после многочасовых попыток реанимации. Но здесь есть одно самое главное условие – мероприятия по оживлению должны начинаться как можно раньше после появления признаков клинической смерти, в первые 1–3 минуты.

### ***Как проверить сознание ребенка?***



Необходимо пощекотать стопы ребенка и окликнуть ребенка по имени. Если ребенок реагирует, значит он в сознании.

Нельзя трясти ребенка с целью проверить его сознание, это может усугубить состояние малыша.

Если ребенок не реагирует, он без сознания, – немедленно проверьте наличие дыхания.

### *Как проверить дыхание у ребенка?*



Уложите ребенка навзничь на твердую поверхность и станьте или присядьте возле него. Одну руку положите на лоб ребенка и слегка надавите на темечко, чтобы отклонить голову ребенка назад, а другой рукой открывайте рот (слегка подтягивайте подбородок книзу, чтобы открыть рот).



Приложите свое ухо ко рту и к носу ребенка, а взгляд должен быть направлен в сторону ног. В этом состоит тройной метод определения наличия дыхания. Тройной он называется потому, что работают три чувства: слух, осязание, зрение. Ухом нужно прислушиваться и пытаться услышать – нет ли звука дыхания (слух); пытаться почувствовать своим ухом тепло выдоха изо рта ребенка (осязание); смотреть на грудную клетку – нет ли движений грудной клетки во время вдоха и выдоха (зрение).

#### **Если нет признаков дыхания:**

– поверните ребенка на бок или положите животом себе на колени, введите палец в рот ребенка и очистите полость рта от возможных преград, которые блокируют дыхание, но будьте осторожными, чтобы ничего не задохнуть ребенку в горло глубже. Опять проверьте признаки дыхания;

– если до сих пор нет признаков дыхания, немедленно начинайте делать искусственное дыхание;

– если ребенок дышит, положите его на бок в безопасное положение, немедленно вызывайте бригаду скорой помощи.

### *Как проверить наличие сердцебиения у ребенка?*



Слегка приложите свое ухо к грудной клетке ребенка и внимательно слушайте 5 секунд бьется ли сердце.



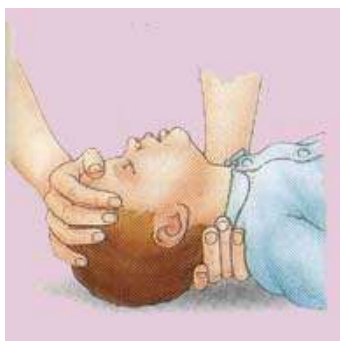
Если ребенок старше 2-х лет, то наличие сердцебиения у ребенка проверяют путем прощупывания сонных артерий (в области шеи). Для этого необходимо положить подушечки своих двух пальцев на гортань – это по средней линии шеи спереди, а затем как бы "съехать в сторону, в углубление", с обеих сторон гортани находятся две впадины, там хорошо определяется пульс у ребенка. Попробуй те почувствовать пульс в течение 5 секунд.

**Если нет пульса – Вы не ощущаете пульсацию на сонных артериях и не прослушиваете сердце биение, значит наступила остановка сердца. Немедленно начинай те делать массаж сердца.**

Если у ребенка сердце бьется, но он самостоятельно не дышит, то продолжай те нагнетать воздух в легкие ребенка (делать искусственное дыхание), пока ребенок не начнет самостоятельно дышать или пока не придет бригада скорой помощи. Когда ребенок начнет самостоятельно дышать, то поверните его на бок в безопасное положение.

## Искусственное дыхание.

### *Проведение искусственного дыхания грудному ребенку.*



Подложите одну руку под шею ребенка и возьмите голову таким образом, чтобы можно было поддерживать ее слегка отклоненной назад. Вторую руку положите ребенку на лоб.

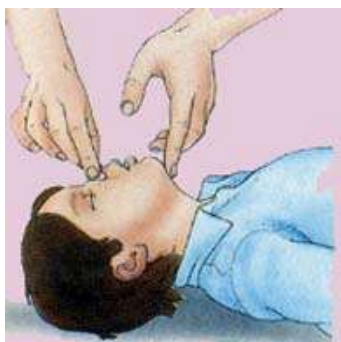
Сделай те глубокий вдох, плотно притулите свои губы вокруг рта и носа ребенка и легко выдохните. Посмотрите, поднимается ли грудная клетка во время вашего выдоха.

Если грудная клетка не поднимается, возможно, чем-то заблокирована трахея. Поэтому, вначале необходимо обеспечить проходимость дыхательных путей, а затем продолжать делать искусственное дыхание.

Если грудная клетка поднимается, значит, дыхательные пути проходимы и вы делаете правильно искусственное дыхание. Выдох ребенка происходит пассивно, в это время нужно убрать свои губы ото рта ребенка и дать возможность вый ти воздуху из легких ребенка.



## Проведение искусственного дыхания ребенку.



Оттяните подбородок ребенка, чтобы открыть рот и выдвинуть нижнюю челюсть вперед.



Сделайте глубокий вдох и плотно притулите свои губы ко рту ребенка, рукой сожмите ноздри, и сделайте легкий выдох в рот ребенка. Обратите внимание, поднимается ли грудная клетка во время проведения искусственного дыхания.

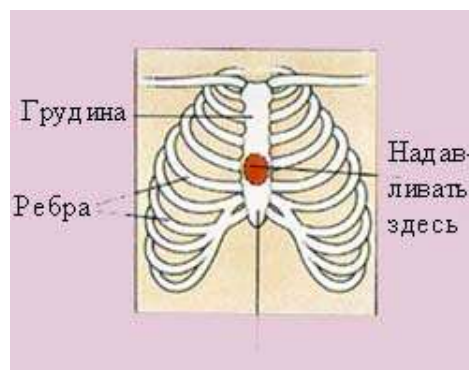
## Массаж сердца.



### *Массаж сердца грудному ребенку.*

Просуньте одну руку под плечи ребенка и крепко ухватите его за подмышки. Другой рукой найдите конец грудины и отмерьте половину расстояния до шеи ребенка.

Вы можете найти конец грудины, прощупав место, где ребра образуют пространство, похожее на перевернутую букву V.



Приложите два пальца на середине грудины ребенка и надавите вниз по направлению к позвоночнику на глубину 1,5–2,5 см. Впоследствии давление нажима можно немного уменьшить.

## *Массаж сердца ребенку старше 2-х лет.*

Найдите конец грудины ребенка, отмерьте половину расстояния до шеи ребенка.

На середине грудины положите ладонь одной руки ребенка и надавите вниз по направлению к позвоночнику на глубину 2,5–3,5 см. Впоследствии давление нажима можно немного уменьшить.

Проведение массажа сердца обязательно сочетают с искусственным дыханием. Делается 5 нажатий на грудную клетку, затем выдох в легкие ребенка (5:1).

Скорость нажатий – приблизительно 2 нажатия в 1 секунду, чтобы за 1 минуту получилось приблизительно 120 нажатий на грудную клетку.

Каждые 2–3 минуты проверяйте, не начал ли ребенок самостоятельно дышать и не появилось ли у него самостоятельное сердцебиение.

Проводить искусственное дыхание и массаж сердца нужно до тех пор, пока ребенок сам не начнет дышать и у него начнет биться сердце или до приезда бригады скорой помощи.

Если сердце начало биться, то необходимо массаж сердца прекратить, но продолжать делать искусственное дыхание до появления самостоятельного дыхания у ребенка.



## **Безопасное положение.**



Если ребенок находится без сознания, но дышит, у него прослушивается сердцебиение, то необходимо ребенка уложить в безопасную позицию. Безопасное положение необходимо для того, чтобы избежать в бессознательном состоянии западения языка в горло и закупорке дыхательных путей, а также с целью предупреждения удушья в случае возникновения рвоты.

Обратите внимание, что нельзя применять безопасную позицию, если есть подозрение на повреждение шейного отдела позвоночника у пострадавшего или на перелом в других отделах позвоночника, например, после падения с высоты или после автомобильной аварии.

### **Техника:**

1. Поверните ребенка лицом к себе, нижнюю челюсть вперед. Руку ребенка, вам уложите ладонкой кверху под ребенка. Вторую руку положите ребенку. Ногу ребенка, дальнюю от вас, уложите ногу, которая находится ближе к вам.



оттягивая  
ближнюю к  
ягодицы  
на грудь.  
на другую

2. Перед ребенком постелите пальто или одеяло. Подложите под лицо ребенка свою руку для защиты, а другой рукой крепко возьмите за бедро. Переверните ребенка (по направлению к себе) на пальто или одеяло.

3. Голову ребенка необходимо повернуть в сторону и слегка запрокинуть назад с выступающим вперед подбородком. Убедитесь, что рот и нос свободны для прохождения воздуха, тогда согните верхнюю руку и ногу ребенка под углом для поддержки. Слегка вытяните нижнюю руку ребенка из-под бедра и оставьте ее сбоку.



4. Укройте ребенка одеялом и немедленно вызывайте бригаду скорой помощи. Не оставляйте пострадавшего без присмотра до прибытия бригады скорой помощи, и каждые 2–3 минуты проверяйте у ребенка наличие дыхания и сердцебиения.

### **Травмы головы и лица.**



Травмы головы и лица очень часто возникают в детском возрасте. Чаще всего в результате травмы головы или лица возникает ушиб мягких тканей, кровоподтек (или проще говоря, синяк). Но иногда травмы головы или лица могут быть серьезными. Если ребенок сильно ударился головой, то может возникнуть сотрясение головного мозга или кровоизлияние в головной мозг, которое может проявиться даже спустя несколько часов после полученной травмы.

#### ***Что можно сделать самостоятельно?***

Если на голове образовался синяк, то к месту синяка можно приложить платок, смоченный в очень холодной воде, или кусочки льда, предварительно завернув их в платок. Прикладывание холодного к месту синяка способствует значительному уменьшению отека.

Если рана на голове кровоточит, то необходимо к ране приложить чистую салфетку или платок и прижать рану, чтобы остановить кровотечение.

За ребенком, который получил травму головы, необходимо наблюдать в течение последующих 24 часов для того, чтобы вовремя оказать необходимую помощь в случае, если у ребенка появятся симптомы травмы головы.

Если у ребенка из носа или уха будет капать жидкость чистая или окрашенная кровью, немедленно нужна вызвать бригаду скорой помощи, а ребенка уложить в безопасное положение, а под нос или ухо подложить чистую салфетку. Если у ребенка течет из уха, то необходимо малыша уложить на пораженную сторону, чтобы жидкость свободно вытекала. Не пытайтесь самостоятельно остановить вытекание жидкости!

### ***Симптомы травмы головы:***

- потеря сознания (даже если ребенок потерял сознание на короткий промежуток времени);
- рвота;
- шумное дыхание;
- появление храпа (если ребенок раньше никогда не храпел);
- сложности при пробуждении или необычная сонливость;
- выделение чистой или окрашенной кровью жидкости из носа или ушей ребенка;
- необычный плач ребенка;
- сильная головная боль;
- раздражение на яркий свет.



**Если ребенок получил травму головы и ведет себя необычно или в течение 24 часов после удара Вы заметили эти симптомы у своего ребенка, необходимо обязательно обратиться к врачу!**

### **Переломы и вывихи.**

Переломы костей у детей возникают относительно не часто. Кости у детей еще не окрепли, поэтому они более гибкие, чем у взрослых. Но зато у детей более часто возникают вывихи. Иногда кость может только треснуть. Также для детей характерен особый вид перелома, который называется "по типу зеленой ветки" – когда кость треснула, а надкостница (это ткань, которая непосредственно окружает кость) остается целой.

**Вывих сустава** – это состояние, когда одна или более костей соскочили со своего места.

### ***Симптомы вывиха:***

- резкая боль;
- изменения формы сустава;
- невозможность движений в суставе или их ограничение.

При попытке произвести движение боли в суставе резко усиливаются. При ушибе, в отличие от вывиха, боли и нарушение функции движения в суставе нарастают постепенно, а при вывихе движения в суставе нарушаются сразу. Чаще всего вывихи бывают плечевого и локтевого суставов, большого пальца и тазобедренного сустава.

Вывих в ступне часто путают с растяжением связок сустава. Разница между ними состоит в том, что при растяжении можно ходить, хотя и с трудом, двигать ступней или пальцами. При вывихе это невозможно.

### ***Первая помощь при вывихе сустава:***

- Чтобы вправить сустава используют специальные ручные приемы, которые выполняет врач. Неумелые попытки самостоятельно



вправить сустав могут привести к осложнениям, усугубить тяжесть повреждения. Поэтому, не пытай теь самостоятельно вправлять сустав при вывихе.

- При оказании первой помощи необходимо наложить фиксирующую повязку (по типу косынки или прибинтовать руку к туловищу) и закрепить пострадавшую конечность так, чтобы не изменить положения вывихнутого сустава.

- К месту вывиха нужно приложить грелку с холодной водой или льдом, либо смоченное холодной водой полотенце. **Ни в коем случае не применяй те согревающие компрессы!**

- Пострадавшего необходимо доставить в больницу, так как вывих необходимо вправить незамедлительно.

Если Вы подозреваете, что ребенок в результате травмы поломал позвоночник (особенно, шей ный отдел позвоночника), не передвигай те его, не меняй те положение ребенка. Менять положение ребенка можно только в том случае, если ребенок перестал дышать, в этой ситуации необходимо приступать к проведению мероприятий по оживлению организма ребенка, т.е. к реанимации.

#### ***Симптомы перелома:***

- сильная боль в пораженной области;
- образование припухлости в области травмы, в последующем образуется кровоподтек (синяк);
- значительное нарушение движений в пораженной области;
- деформация пораженной конечности – изменение внешнего вида конечности, она может быть короче здоровой конечности или неестественно изогнута.



#### ***Что необходимо сделать?***

- легко снять обувь, носок и все, что может сдавливать отек вокруг пораженного участка. Не двигай те ребенка, только в край не необходимых случаях;
- поддерживай те травмированную конечность в удобном для ребенка положении;
- при переломе костей запястья, руки или ключицы сделай те повязку вокруг пораженного участка и, если ребенок позволяет, легко согните его руку на грудь и зафиксируй те треугольной повязкой (с этой целью можно использовать большой платок или пеленку, сложив их по диагонали, чтобы образовался треугольник);
- при переломе ноги положите ребенка и наложите мягкую повязку вокруг поврежденного участка. Привяжите травмированную ногу к здоровой ноге в области выше и ниже перелома. Под узлы необходимо подложить кусочки ваты. Поднимать ногу при переломе нельзя.



Оказав первую помощь, немедленно вызывай те бригаду скорой медицинской помощи.

### **Растяжение связок и сухожилий .**

При растяжении сухожилия возникает повреждение связок (это крепкая ткань, которая поддерживает сухожилия).

#### ***Симптомы растяжения связок:***

- боль в поврежденной части;
- припухлость, а затем образование кровоподтека (синяк);
- затруднение движений в суставе.

#### ***Что необходимо сделать при растяжении связок:***

- легко снять обувь и носки (так как носки могут сдавливать в месте формирующего отека и это будет усиливать боль);

- положите поврежденный сустав на мягкую ткань (подставку);

- поддерживай те поврежденный сустав в самом удобном положении и приложите к нему платок, смоченный в очень холодной воде или с кусочками льда, чтобы уменьшить боль и отек:

- со всех сторон сустав оберните толстым слоем ваты и туго забинтуй те, но не настолько сильно, чтобы побелели или посинели ногти на пальцах рук или ног;

- после оказания первой помощи обязательно нужно обратиться за медицинской консультацией в больницу.



### **Поражение электрическим током.**

Незначительно поражение электрическим током воспринимается, как укол иголкой или покалывание. Более сильное поражение током может сбить ребенка с ног, вызвать потерю сознания, остановку дыхания и сердцебиения.

Электрический ток также может вызвать ожог.

Если ребенок дотрагивается к неисправному электрическому прибору мокрыми руками, он получит более серьезную электротравму, чем если бы у ребенка были сухие руки.

#### ***Ожоги при электротравме:***

- электрический ток может оставлять ожоги в местах, где входит в тело и заземляется (выходит из тела), т.е. там, где ребенок дотронулся до электрического тока и в местах, которые контактировали с землей в момент травмы. Хотя эти ожоги кажутся небольшими, они очень часто бывают глубокими.

## *Что необходимо сделать при поражении электрическим током (электротравме)?*

1) отключите электрический ток из электросети, т.е. выключите рубильник (если это возможно);

– если Вы не можете этого сделать, встаньте на изолирующий материал: резиновый коврик, куча сухих газет. Отдадите ребенка от источника электрического тока (пытайтесь отсоединить кабель от ребенка, а не руку ребенка), для этого используйте сухой предмет, который не проводит ток: деревянная палка, ручка веника, деревянное кресло и др.;

– если рядом ничего подходящего нет, попытайтесь сделать преграду, насколько сможете, рукой, обернув ее в сухую бумагу или одежду. Держитесь только за одежду ребенка, избегайте контакта с его кожей.

2) посмотрите, в сознании ли ребенок:

– если ребенок без сознания, проверьте есть ли дыхание – в случае надобности немедленно приступайте к проведению искусственного дыхания. Если ребенок дышит – положите его в безопасную позицию;

– если ребенок в сознании, успокойте его и уложите удобно. Проверьте нет у ребенка симптомов шока.

3) осмотрите участки, которые контактировали с источником электрического тока и землей – нет ли там ожогов. Если вы их обнаружили, окажите первую помощь.

**Оказав первую помощь ребенку, обязательно вызовите бригаду скорой помощи и отвезите в больницу, если:**

- ребенок терял сознание хотя бы на несколько секунд;
- у ребенка есть ожоги от электрического тока.

### **Обморок (потеря сознания).**

**Обморок** – это кратковременная потеря сознания.

#### ***Симптомы обморока:***

- головокружения со звоном в ушах; потемнение в глазах;
- резкая слабость;
- дурнота, тошнота, нехватка воздуха;
- холодный пот;
- онемение конечностей;
- бледность кожи;
- ощущения пустоты в голове,
- дыхание становится редким, поверхностным;
- пульс слабый;
- падение артериального давления.



### ***Причины обморока:***

- Причин потери сознания много, они разнообразны и во многих случаях при потере сознания окончательно установить причину обморока бывает затруднительно.

- В основе возникновения потери сознания лежит кратковременное снижение давления, что приводит к снижению притока крови к головному мозгу, а значит, к уменьшению доставки кислорода к мозгу. Кислородное голодание головного мозга вызывает потерю сознания.

- Пусковые механизмы обморока разнообразны: длительное стояние по стойке смирно (особенно со сведенными вместе коленями); нахождение в душном помещении; чрезмерное укутывание ребенка; яркий свет или жаркое солнце; голод или расстройство желудка; усталость; лихорадка. Некоторые дети теряют сознание и падают в обморок от эмоционального стресса, испуга, внезапной острой боли (например при уколе или удалении занозы). Дети, которые несколько дней соблюдали постельный режим при простуде или гриппе могут упасть в обморок при первой попытке встать с постели. Очень редко обморок бывает вызван проявлением аллергической реакции на укус насекомого.

- Обморок может быть признаком расстройства физического здоровья, например, нарушения правильности ритма сердечных сокращений (аритмии), анемии и гипогликемии (низкого уровня сахара в крови). Дети с низким артериальным давлением особенно склонны к развитию обмороков. Если у ребенка повышенное артериальное давление, и он принимает лекарства, то обморок может быть побочным эффектом от приема этих лекарств. Инфекционные заболевания уха или другие заболевания, вызываемые вирусами, могут стать причиной головокружения, а иногда и обморока. В некоторых случаях ребенок, страдающий бронхиальной астмой, теряет сознание в результате длительного приступа кашля.

- Девочки в подростковом возрасте могут падать в обморок во время наступления менструации либо из-за кровопотери, либо из-за сильных схваткообразных болей в животе. Беременные молоденькие девушки, если беременность протекает не совсем благополучно, часто падают в обмороки. Подростки могут терять сознание от приема некоторых лекарств.

- Склонность некоторых детей к обморокам можно объяснить нарушениями в их вегетативной нервной системе, которая контролирует кровообращение.

### ***Что делать при потере сознания?***

Первая помощь при потере сознания (при обмороке) заключается в следующем:

- уложить на ровную поверхность, желательно голову опустить ниже относительно туловища, а ноги поднять немного выше (это обеспечивает приток крови к голове);

- обеспечить дополнительный доступ свежего воздуха (открыть окно, если пострадавший находится в душном помещении);
- расстегнуть стесняющую одежду (воротник, пояс);
- обрызгнуть лицо прохладной водой или протереть полотенцем, смоченным в холодной воде;
- дать вдохнуть пары нашатырного спирта (для этого необходимо слегка смочить ватку нашатырным спиртом и на расстоянии 1–2 см от носа пострадавшего подержать ватку).

**Если, несмотря на все принятые меры, больной не приходит в себя, вызвать «скорую помощь».**

### **Попадание инородных тел в ухо.**

Иногда в ухо ребенка может залезть насекомое или сам малыш засунет в ухо какой-нибудь мелкий предмет. Чтобы не допустить этого, не позволяйте ребенку играть с мелкими предметами (с бисером, маленькими шариками) до тех пор, пока малыш не станет достаточно взрослым, чтобы понимать, что их нельзя засовывать в ухо, в рот и т.д.

#### ***Симптомы наличия инородного тела в ухе:***

- щекотно в ухе;
- частичная глухота;
- ребенок трет и дергает ушко.

#### ***Что необходимо сделать при попадании инородного тела в ухо?***

- обверните плечи ребенка полотенцем и наклоните голову в сторону, чтобы пораженное ухо было вверху, а затем влейте в него несколько капель теплой воды;
- после этого наклоните голову ребенка в другую сторону, пораженным ухом вниз. Вода может вымыть все из уха.



**Если Ваши действия безуспешны, отвезите ребенка в больницу к ЛОР-врачу.**

### **Попадание инородных тел в нос.**

Иногда дети могут запихнуть маленькие кусочки пищи или предметы (бисер, пуговицы и т.д.) себе в нос.

#### ***Симптомы наличия инородного тела в носу:***

- щекотно в носу;
- кровянистые выделения из носа.

#### ***Что необходимо сделать при попадании инородного тела в нос?***

- если Ваш ребенок умеет высмаркивать нос, помогите ему это сделать, выдувая из каждой ноздри по очереди. Если это не поможет, не пытайтесь удалить предмет самостоятельно – отвезите ребенка немедленно в больницу.

## **Попадание инородных тел в глаза.**

Ресницы или любые крупинки, пыль могут попадать в глаз. Если глаз у ребенка покраснел, но Вы в нем ничего не можете найти, то скорее всего у вашего малыша воспаление глаза (конъюнктивит).

### ***Симптомы наличия инородного тела в глазу:***

- боль в глазу;
- покраснение глаза;
- слезотечение;
- ребенок трет глаз;
- при осмотре глаза можно заметить наличие инородного тела (ресничка, крупинки чего-нибудь).

### ***Что необходимо сделать при попадании инородного тела в глаз?***

- сначала можно подождать несколько минут – сама слеза может вымыть то, что попало в глаз (попробуй те уговорить ребенка не тереть глаз);

- если предмет все еще там, осмотрите глаз ребенка при ярком освещении. Попросите его посмотреть вверх, а в это время аккуратно оттяните нижнее веко большим пальцем вниз;

- если Вы видите какой-то предмет не белку глаза, попробуй те достать его уголком платочка или кусочком влажной скрученной ваты;

- если вы ничего не видите, то необходимо вывернуть верхнее веко, поддерживая за ресницы; если предмет находится под верхним веком, то выворачивание верхнего века может его сместить;

- если глаз у ребенка и далее продолжает болеть и колоть, а инородное тело вы либо не видите, либо его невозможно удалить, накрой те глаз ватой, перевяжите бинтом и отвезите ребенка в больницу. Убедите ребенка, что тереть глаз нельзя.



### ***Что делать, если в глаза попало химическое вещество?***

- если ребенок плеснул себе в глаза какое-либо химическое вещество – немедленно промой те глаза холодной проточной водой, оттягивая веки пальцами;

- если пострадал только один глаз, то необходимо при промывании глаза наклонить голову таким образом, чтобы пораженный глаз был ниже и вода, которая будет стекать при промывании, не попала в здоровый глаз;

- затем перевяжите глаз и отвезите ребенка в больницу;

- желательно врачу указать, какое химическое вещество плеснул себе в глаз ребенок.

**Помните! Если в глаз попал предмет в момент травмы и он застрял, ни в коем случае не пытайтесь его достать! Накройте глаз ватой, перевяжите бинтом и отвезите ребенка в больницу. Убедите ребенка, что тереть глаз нельзя.**

### **Припухлости и синяки.**

Синяк (кровоподтек) образуется потому, что в результате травмы (удар или падение) в пораженном участке повреждаются сосуды, из них под кожу изливается кровь, это вызывает образование припухлости над местом травмы и изменение цвета кожи, т.е. образование синяка. Как правило, синяки исчезают самостоятельно в течение недели.

### ***Что нужно сделать, чтобы уменьшить припухлость и образование синяка?***

- приложить к месту травмы платок, смоченный в очень холодной воде, или наполненный кусочками льда. Холод способствует уменьшению боли и уменьшает отек;

- если ребенок жалуется на сильную боль или он не может двигать поврежденной конечностью и отек тканей увеличивается, то необходимо исключить, нет ли у ребенка более серьезной травмы (растяжение связок или перелома конечности);

- если ребенок защемил себе пальцы дверью или окном, или ему упало на пальцы стопы что-то очень тяжелое, то необходимо поврежденные пальцы погрузить в таз с холодной водой. Если место травмы очень припухло или все еще очень сильно болит спустя где-то 30 минут, то необходимо ребенка отвезти в больницу, так как там может быть перелом.

