

ПАМ'ЯТКА

Допомога при зимових травмах

Низька температура, ожеледиця, бурульки - все це може стати причиною травмування дитини взимку.

До травмувань можуть призвести і приховані у снігу гострі предмети – гілки, металеві предмети, скло тощо.

Через це після того, як дитина повертається з прогулянки, варто завжди перевіряти наявність на її тілі дрібних поранень та, помітивши їх, оброблювати антисептиком.

При переохолодженні

Якщо дитина довго перебувала на морозі та існує ризик переохолодження, слід перенести її до теплого приміщення.

Потім слід замінити мокрий одяг дитини сухим і добре закутати її в теплу ковдру.

Не слід намагатися швидко зігріти дитину - набирати гарячу воду у ванну чи заводити дитину у гарячій душ, інтенсивно розтирати її чи обкладати грілками. Такі дії можуть спричинити порушення серцевого ритму та внутрішньої кровотечі.

Слід дати дитині теплий напій.

Важливо обстежити ніс, вуха, кінцівки дитини. Якщо помітні ознаки обмороження, слід надати відповідну першу допомогу.

Як дитина непритомна, слід перевірити, чи вона дихає та чи є в неї пульс. Якщо дихання та пульс відсутні, слід терміново розпочати серцево – легеневу реанімацію.

За підозри переламу кінцівки

Слід провести іммобілізацію - закріпити кінцівку як мінімум у двох суглобах, вище та нижче травмованого місця.

Прикласти до травмованого місця щось холодне.

У разі кровотечі слід накладити дитині джгут (міцно затягнути кінцівку, наприклад, ременем), накладити тугу пов'язку. Аби вивільнити травмовану кінцівку, слід розрізати рукав чи штанину ножицями, адже зняти одяг з травмованої кінцівки, як правило, складно.

Слід транспортувати потерпілу дитину до теплого приміщення. Якщо дитина мала та пошкодила одну чи обидві верхні кінцівки, її можна нести на руках. Якщо дитина не може йти, слід сконструювати носилки з тих матеріалів, що є поряд.

За підозри травмування спини або шиї важливо покласти потерпілу дитину на тверду поверхню та зафіксувати її шию щільним комірком.

Транспортувавши дитину до теплого приміщення, слід дати їй теплий напій і знеболювальний засіб. Потім огледіти місцем травмування. Якщо є садна, кровотеча - накладити пов'язку. Якщо є ознаки обмороження - надати відповідну першу допомогу.

Після виконання дій слід викликати лікаря.

У разі травмування голови

Щороку бурульки, що падають, як правило, з дахів домів, становлять смертельну небезпеку для життя. На складність травми безпосередньо впливають маса льоду, що впав, та висота падіння. Так, при падінні бурульки найчастіше фіксують травму голови - від легкого забиття до тяжких черепно – мозкових травм.

Якщо дитина притомна, слід відвести її до приміщення, вкласти на ліжко чи диван, оцінити характер зовнішніх ушкоджень. Потім - обробити садно антисептиком і накладити на нього пов'язку.

Якщо дитина непритомна, слід негайно викликати швидку. До прибуття швидкої не можна рухати дитину, адже у неї може бути травмовано шийний відділ хребта. Слід вкрити потерпілу дитину ковдрою, стежити за її диханням і пульсом. При появі кровотечі слід накладати пов'язку, при блюванні – повернути голову дитини набік, аби вона уникла задухи.

У разі незначних травм

У зимку діти нерідко травмуються через вкриті снігом гострі предмети – скло, гілки, металеві предмети. Від сильних подряпин зазвичай рятує одяг, проте загострені предмети можуть пошкодити шкірний покрив і без розриву одягу, що буває при швидкому ударі. У такому випадку одяг зминається, а шкіру ушкоджує предмет, що ніби «загорнутий» у тканину одягу. Саме тому навіть при непошкодженому одязі слід переконатися у відсутності ушкодження шкіри дитини.

Поширена дитяча забава - облизувати метеливі предмети на морозі - може призвести до травмування. Якщо язик дитини прилип до поверхні, дитині ні в якому разі не можна робити різких рухів. При різкому русі тонкий та ніжний слизовий покрив залишається на металі, починається кровотеча, а потім протягом кількох днів триває болісне загоєння рани.

Слід вмовити дитину потерпіти, не рухати головою, аби уникнути більшого травмування. Потім - полити язик дитини ледь теплою (аби уникнути опіків) водою.

Аптечка для надання допомоги при зимових травмах

Для надання допомоги при зимових травмах у аптечці мають бути:

- перев'язувальний матеріал (бинти стерильні та еластичні, стерильні серветки, катушка пластиру, бактерицидний лейкопластир);
- антисептики (розчин перекису водню, брильянтового зеленого);
- знеболювальні засоби;
- судинорозширювальні засоби;
- матеріал для накладання шини.

Підготувала старша сестра медична