

# Ушибы



При падениях или ударах можно получить различные ушибы. При лёгких ушибах происходит подкожное кровоизлияние и на коже появляются синяки. Обыкновенный синяк (синего или даже чёрного цвета) проходит за несколько недель. Сначала он постепенно желтеет, а потом исчезает совсем. При сильном ушибе на коже появляется вздутие — гематома.

- Если ушиб лёгкий, то облегчить боль и предотвратить образование синяка можно, наложив ватный тампон, смоченный в растворе перекиси водорода.
  - Если после ушиба гематома увеличивается, сильно прижми ладонь к месту ушиба и продолжай надавливать на ушибленное место 10—15 минут.
  - Приложи лёд или холодный компресс к месту ушиба — это поможет остановить подкожное кровотечение. Лёд можно держать не более 15 минут, чтобы не вызвать переохлаждение кожи.
  - Если гематома не прошла через несколько дней после ушиба и до неё больно дотрагиваться, необходимо обратиться к врачу.
- При ушибах конечностей (рук или ног) необходимо сразу уменьшить приток крови к ним, подняв руку или ногу вверх.

# Вывихи

- Вывих – это смещение суставных поверхностей костей с нарушением и/или без нарушения целостности суставной капсулы. Вывихи встречаются у детей реже, чем переломы. Симптомы вывиха, таковы: резкая боль, изменения формы сустава, невозможность движений или ограничение в движении. Чаще всего вывихи наблюдаются у детей в месте предплечья, локтевой сустав. Почти у каждого второго ребенка вывих костей предплечья сопровождается переломом.
- Первая помощь при вывихах состоит в следующем, на травму накладывается марлевая повязка с импровизированной шиной, рука фиксируется в том положении, в котором ребенку легче всего ее держать. Или плотно прибинтуйте руку к туловищу марлевым бинтом.
- **Внимание! Не следует смещать или вправлять сустав.**

Желательно устранить вывих в первые часы, поэтому после наложения транспортной иммобилизации, а при открытом вывихе еще и не забудьте наложить асептическую повязку на рану, пострадавшего ребёнка доставляют в лечебное учреждение. На время транспортировки на вывихнутый сустав можно положить пузырь со льдом или холодной водой. В дальнейшем, после рентгена и осмотра доктора, скорее всего, назначат лечебную гимнастику, и физиотерапию.





# Что делать при порезах и ссадинах.

- Промой ранку чистой проточной водой с мылом. Удали загрязнения с помощью ваты, салфетки или туалетной бумаги.
- Неглубокие порезы и ссадины обработай раствором йода, спирта или перекисью водорода. Обязательно наложи на место пореза бактерицидный пластырь.
- Даже неглубокие ранки могут сильно кровоточить. Не пугайся, даже если тебе кажется, что крови очень много. Из большинства порезов кровь идёт несколько минут. Кровотечение легко остановить, сильно прижав к ране чистый носовой платок. Надавливай на ранку несколько минут, не отпуская.
- Если рана большая и глубокая, нужно закрыть её чистой повязкой, носовым платком или полотенцем и обратиться к врачу — может быть, понадобится накладывать швы.
- Не забывай, что если даже в самую маленькую ранку попадёт грязь, может начаться серьёзное воспаление. Однако никогда не извлекайте самостоятельно из раны, глубоко засевшие в ней предметы! Какими бы грязными, или ржавыми они ни были. Вся грязь и инфекции все равно уже попали в организм, а во время самостоятельного извлечения, вы только усугубите ситуацию, и увеличите площадь повреждений. На подобные повреждения стоит наложить стерильную сухую повязку и отвезти малыша в ближайший травмпункт.

Резаная рана



# Что делать при порезах и ссадинах.

- Обычно из мелких ранений **кровотечения** неопасны и проявляются медленным необильным истечением крови со всей поверхности повреждения – так называемое **капиллярное кровотечение**. При глубоких порезах может наблюдаться артериальное или венозное кровотечения – они могут потребовать помощи врача, но до прибытия в больницу малышу следует оказать необходимую помощь.
- **Артериальное кровотечение** наблюдается при травме крупных сосудов – артерий и характеризуется обильным пульсирующим кровотечением, а вытекающая из раны кровь имеет ярко алый цвет.
- **Венозное кровотечение** возникает при ранении вен - поверхностных или более глубоких – обычно кровь вытекает равномерно и имеет темно-вишневый цвет.
- Артериальные и венозные кровотечения требуют наложения повязки (**жгута**), пережимающий кровотокающий сосуд. При артериальном жгут накладывается выше зоны поражения, а при венозном – ниже ее. При возникновении кровотечения дети обычно пугаются. По возможности нужно успокоить малыша, дать ему попить водички, при возникновении совместно с кровотечением болевого синдрома дать ребенку болеутоляющее и доставить в ближайшую больницу.

