

Здоровый ребенок отличается правильным физическим и психическим развитием, у него обычно хороший, здоровый цвет лица, живые и веселые глаза.

Об отсутствии заболеваний свидетельствует хороший аппетит, нормальный стул, крепкий и спокойный сон.

Во время бодрствования у здоровых детей должно быть хорошее настроение, они оживлены, много играют, интересуются всем, что их окружает. Однако в жизни каждого ребенка нередко возникают определенные события, требующие врачебного вмешательства.

В ряде случаев и родители, и воспитатели, сознавая ответственность, могут прибегнуть к самостоятельному оказанию медицинской помощи детям.

Боль в области живота **Что делать?**

Прижать ребенка удобном положении, приподнять на подушке. Привести пакет для рвоты. Не давать никаких лекарств, а также воды и питья.
Вызвать врача.

Боли в животе после проглатывания инородного тела

Попадание инородного тела в желудок почти не имеет симптомов: только тошнота и небольшие боли в животе.

Если вам точно известно, что малыш проглотил какой-то неострый предмет из нерастворимого материала и его не слишком сильно беспокоит тошнота и боли в животе, то можно некоторое время – до осмотра ребенка врачом, час, полтора – подождать.

Самое неприятное, если это инородное тело застряло в пищеводе. Это дает самую сильную симптоматику: боль за грудиной, частую икоту, слюнотечение, позывы к рвоте, возбуждение и страх, иногда спазматические боли в желудке.

Случай нередкий. Хорошо, если это просто большой кусок жевательной резинки или конфета, а пуговица, пластмассовое колесико от машины или шарика?

Пока едет сразу же вызванная вами «Скорая помощь», дайте ребенку пожевать жесткий хлеб, уговаривая проглотить его с минимальным количеством жидкости. Обильно поить ребенка нельзя!

При уверенном диагнозе «проглотил косточку» (пуговицу, пластмассовое колесико и пр.) можно дать обволакивающую пищу – полужидкое картофельное пюре или овсяную кашу.

Обычно весь путь инородного тела от рта до горшка у детей первых восьми лет занимает два дня, а у более старших – три дня.

Инородное тело в носу

Дети часто затапливают в нос мелкие предметы, В качестве первой помощи можно посоветовать вдохнуть ртом и сильно высморкаться, закрыв при этом вторую ноздрю.

Нельзя пытаться самостоятельно вынуть инородное тело из носа. Этим можно протолкнуть его глубже, так что вынуть будет труднее, или вообще втолкнуть в носоглотку, откуда его можно легко вдохнуть в трахею или бронхи.

Инородное тело в глазу

При попадании соринки в глаз *не давайте ребенку тереть глаз руками*. Предложите ему поморгать или, взявшись руками за ресницы верхнего века, оттянуть его вниз и некоторое время подержать в таком положении, При этом соринка вымывается слезами.

Ни в коем случае нельзя лезть в глаз пинцетом или другими твердыми предметами или насильно выковыривать соринку из глаза.

Острые осколки, стружки, песчинки могут застрять в роговице, и попытки удалить их своими силами могут привести к тяжелым повреждениям. Завяжите глаз не тугой повязкой и отправьте ребенка в ближайший глазной пункт.



Внезапный, непрекращающийся приступ надсадного кашля

Если такой кашель не проходит в течение нескольких минут и сопровождается затруднением дыхания, возбуждением и страхом у ребенка, это скорее всего означает, что в его дыхательные пути попало инородное тело. Им может оказаться пуговица, конфета, кусок пищи, часть игрушки – да все что угодно!

При инородном теле в дыхательных путях кашель сухой и не управляется ребенком. Не тратьте время на уговоры и ожидания!

Не стучите по спине ребенка! Это может только усложнить ситуацию!

Сделайте несколько попыток вытряхнуть инородное тело, перевернув ребенка вниз головой и встряхнув несколько раз. Если попытки не увенчались успехом (увы, это бывает довольно часто!), немедленно доставьте ребенка в медицинское учреждение, в котором есть хирургическое отделение, потому что инородные тела часто приходится удалять из дыхательных путей под наркозом.

Не теряйте головы, помните, что инородные тела всегда попадают в один из бронхов и даже когда закупоривают его, то другие бронхи остаются свободными, а это значит, что ребенок не задохнется.

Надо найти такое положение туловища ребенка, при котором раздражение бронхов инородным телом наименьшее (чаще всего на боку, иногда на животе).

Не давайте ребенку обезболивающих и много питья, потому что кашель может вызвать рвоту, а при заполненном желудке рвота будет обильной.



Внезапная потеря сознания

Чаще всего она связана с травмами черепа (ушибами и ранениями), перегреванием, солнечным ударом.

Обычная ошибка – брать ребенка на руки, стараясь придать его телу вертикальное положение.

Поступать надо как раз наоборот: положить ребенка так, чтобы приток крови к его голове был максимальным (если надо, то даже немного опустить его голову вниз).

Исключением из этого правила является только одно обстоятельство – наружное кровотечение из носа, рта или раны черепа.

Ребенку надо придать удобное положение, подстелить что-либо мягкое, расстегнуть одежду (воротник и манжеты рубашки!).

Нашатырный спирт – одно из самых верных средств при потере сознания. Проследите, чтобы он всегда был в аптечке.

Нашатырь всегда надо подносить к ноздрям на ткани – так он быстрее испаряется (используйте носовые платки, части одежды, даже бумагу!).

Из методов, предлагаемых восточной медициной, для быстрого приведения в чувство можно порекомендовать массаж ушных раковин до их покраснения.



Судороги

Внезапно появившиеся судороги являются грозным симптомом какого-то серьезного заболевания, но почти никогда не указывают на свою причину. Они возникают главным образом при заболеваниях нервной системы: отравлениях, нарушениях обмена веществ и деятельности желез внутренней секреции. Признаки: сильное подергивание мышц, сжатые кулаки, выгнутая спина; слюноотделение; замедленное дыхание; налитая кровью шея и лицо. Также возможно подергивание мышц лица, ребенок может закатить глаза, начать косить или уставиться глазами в одно место. Обязательно запомните, какие именно судороги были у ребенка. Это очень важно, если в дальнейшем надо будет решать какие-то вопросы с невропатологом. Если есть указания на травму головы, перегревание, обезвоживание, отравление токсическим веществом и пр., то борьба с судорогами должна начинаться с устранения этих причин. Во всех остальных случаях до прихода врача приходится действовать одинаково:

Ребенка укладывают на ровную мягкую поверхность на спину (если у него не рвотных позывов или рвоты) или на живот, а голову удерживают в положении на боку (если есть рвота или позывы к ней);

Во время конвульсий удерживают тело ребенка, чтобы он не нанес себе травму;

Принимают меры по устранению возможных причин судорожного приступа (снижают температуру тела, промывают желудок и пр.).

Опасно прикусывать язык – поэтому между челюстями необходимо вставить мягкий предмет (свернутый носовой платок, край рукава и пр.).

Обильное кровотечение



Наружное кровотечение особенно опасно, если имеет своим источником повреждение артериального сосуда (кровь из поврежденного места бьет струей или толчками; при венозном кровотечении кровь темно-красного цвета и течет медленно). Капиллярное кровотечение, которым всегда сопровождаются поверхностные ранения, остановить значительно легче (при нормальной свертываемости крови такие кровотечения нередко прекращаются сами).

Чаще всего у детей бывают капиллярно-венозные кровотечения из мягких тканей и носа в результате травм. Попробовать остановить такое носовое кровотечение можно простым прижатием мягких тканей носа к носовой перегородке в течение двух-трех минут. Можно усилить эффект этого способа, введя в носовые ходы марлевые жгуты или ватные тампоны, обильно смоченные 2-3-х процентным раствором перекиси водорода.

Обычная ошибка – откидывать голову ребенка назад, в то время как правильное положение для скорейшей остановки носового кровотечения – **наклонить голову вперед!**

При кровотечении из пораненных сосудов конечностей необходимо сделать следующее:

Обширить место кровотечения. Раздеть ребенка.

Если рана загрязнена, очень осторожно смыть грязь вокруг нее, но **вода не должна попасть в саму рану!**

Пережать кровеносные сосуды на 3-5 см выше места ранения.

Наложить на конечность жгут (поясной ремень, веревку, гибкий провод и т.п.) в два-три оборота, подложив под него мягкую ткань, и затянуть его.

Придать телу ребенка удобное положение: положить на спину.

Приподнять раненую конечность. Зафиксировать ее в этом положении.

Положить на место ранения поверх затянутого жгута холодный компресс или пузырь со льдом.

Согреть ребенка (при кровотечениях дети быстро начинают мерзнуть).

Затянутый жгут надо распускать на 10 минут каждые полтора часа, чтобы не произошло омертвление тканей.

КРУП

Эта болезнь возникает вследствие воспаления слизистой оболочки дыхательных путей и легких.

Причинами ее являются: переохлаждение, снижение иммунитета, длительное пребывание в душном помещении, контакт с больными.

Симптомы: кашель, повышение температуры, слабость, головная боль, насморк, боли в груди.

Что делать?

Успокоить и обеспечить ребенка обильным питьем.

Дать жаропонижающие средства.

После выздоровления, в восстановительный период ребенка необходимо беречь от переохлаждения, избегать контактов с больными.

Следует избегать длительного пребывания в душном помещении.

Для этого необходимо проветривать комнату и использовать увлажнитель воздуха.

Тепловой или солнечный удар

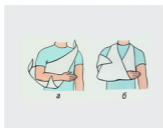
У детей до семи лет голова очень чувствительна к температуре окружающей среды, поэтому традиция предписывает покрывать ее платком или шапочкой. Дети легко перегреваются и получают тепловые удары даже при пасмурной, но жаркой погоде. Прямые солнечные лучи могут вызвать у ребенка солнечный удар.

Симптомы перегрева напоминают признаки начала воспалительного заболевания – ребенок становится вялым, жалуется на головную боль, повышается температура тела.

У маленьких или реактивных детей признаками перегрева могут быть только внезапный подъем температуры тела и психомоторное возбуждение.

В этом случае, если у вас появилось подозрение на тепловой или солнечный удар, перенесите ребенка в прохладное затененное помещение и разденьте его. Можно обмахивать ребенка, чтобы создать прохладу.





Переломы костей

Для детей до 12 лет типичны поднадкостничные закрытые переломы, которые часто мало нарушают внешний вид конечностей. Имейте это в виду и не пытайтесь «вправить вьвих» или «помассировать ушиб», потому что при этих манипуляциях можно дополнительно повредить сосуды, нервы и мышцы.

При подозрении на перелом конечности следует зафиксировать поврежденные части при помощи любых подручных средств (доски, палки, хворост, плотный картон и пр.) или тугим прибинтовыванием поврежденной конечности к туловищу (при повреждении руки) или здоровой ноге (при повреждении ноги). Фиксацию поврежденных конечностей надо проводить так, чтобы были обездвижены суставы, расположенные выше и ниже места перелома.

При подозрении *на травму позвоночника* ребенка ни в коем случае нельзя усаживать или поднимать на ноги, а следует осторожно уложить *на живот* на твердую и ровную поверхность (снятая с петель дверь, часть забора, деревянный щит и прю) и как можно скорее доставить в больницу.

Вывихи, растяжения и ушибы



На месте суставных вывихов всегда возникает острая боль при движениях и часто возникает отек (опухоль).

У маленьких детей вывих лучевой кости в локтевом или лучезапястном суставе случается, когда малыш виснет и раскачивается на ваших руках или вы резко дергаете его за вытянутую руку.

Зафиксируйте конечность повязкой и доставьте ребенка в травматологический пункт или в больницу.

Растяжения связок у маленьких детей встречаются гораздо реже, чем у школьников. Симптомы растяжения всегда одни и те же – боль в суставе при движениях, отек сустава. Отличие растяжения связок сустава от вывиха в том, что при растяжении связок движения возможны.

Наложите холодный компресс на отек – и все! Остальное сделают медики.

После ушиба часто образуются синяки- кровоизлияния в мягкие ткани из-за повреждения кровеносных сосудов.

Чтобы предупредить появление синяка, в первые 20-30 мин. После ушиба нужно приложить холод (полотенце, смоченное в холодной воде, кусочек льда, снег и т.п.). Холод вызывает спазм сосудов, останавливая кровоизлияние в мягкие ткани. Кроме того, холод обладает обезболивающим эффектом.

Если синяк все же образовался, для быстрого рассасывания на вторые сутки рекомендуется прикладывать 2-3 раза в день сухое тепло.

Ссадины

При ссадинах затрагиваются только верхние слои кожи. Кровотечение из ссадины обычно незначительное.

Первая помощь заключается в удалении загрязнений. Для этого марлевой салфеткой или кусочком ваты (чистой тряпочкой, если ничего нет под рукой), смоченной в бактерицидном средстве, промокающими движениями протирают участки кожи вокруг ссадин.

После оказания доврачебной помощи необходимо обратиться в поликлинику – врач решит, нужно ли вводить противостолбнячную сыворотку.

Укусы насекомых

Самое известное из кровососущих насекомых – комар, а самое неприятное – гнус (мошка). Ее укусы часто вызывают сильную аллергическую реакцию с мучительным зудом и отеками в местах укусов и выраженным ухудшением общего самочувствия.

Нужно смочить кожу в месте укуса нашатырным спиртом или намазать кашицей из питьевой соды и воды, меновазином, любим бальзамом, лучше с запахом мяты, можно мятной зубной пастой.

Если вас или ребенка укусила пчела или шмель, соскребите мешочек с ядом ногтем. Обычно при этом удаляется и жало. Затем опустите укушенную конечность в холодную воду, приложите к месту укуса комок сырой глины или разжеванный листок подорожника. Обратитесь к врачу.

Заноза

Если заноза обломилась и за кончик ее не ухватить, приступайте к операции.

Что делать?

Вымойте руки и кожу вокруг занозы, продезинфицируйте кожу и иголку. Иголку достаточно подержать в течение секунды в пламени спички или зажигалки. Если в место пинцета вы собираетесь использовать ногти, их надо чисто вымыть и протереть спиртом.

Аккуратно воткните иголку в кожу у наружного конца занозы – перпендикулярно занозе и почти параллельно коже – и постарайтесь попасть в занозу. Если это удалось – поверните иголку, чтобы «хвост» занозы вылез наружу. Подцепите его пинцетом или ногтями.

Если этот способ не привел к успеху – расковыряйте иголкой кожу над хвостом занозы, чтобы можно было захватить его пинцетом.

После того как операция закончена, капните на ранку перекисью водорода (с пузырьками вымоются остатки грязи) и смажьте ее йодом.

Если удалить занозу не удалось или ранка воспалилась и тем более загноилась – то это тот самый момент, когда пойти к врачу уже не стыдно, но еще не поздно.

Удалить глубокую занозу из – под ногтя в домашних условиях, без местного обезболивания, невозможно. Сразу же обращайтесь к врачу.

Как правильно наложить повязку?



Все случаи не учтешь, но есть несколько неизменных правил:

- ✓ Не прикрывать тугой повязкой загрязненные раны;
- ✓ Нельзя класть на поврежденный участок вату (повреждения следует прикрывать только тканью – она легче отделяется);
- ✓ Края повязки должны заходить на 3-5 см за края поврежденного участка тела;
- ✓ Витки бинта накладывать друг на друга на треть их ширины, чтобы повязка не сползала;
- ✓ Завязывать повязку по середине ее длины.

Поврежденные конечности привязывают к жестким прямым предметам.

Поврежденную до локтевого сустава руку закрепляют с помощью широкой поддерживающей повязки (косынки).

Как раздеть пострадавшего (обожженного или травмированного) ребенка?



Если по каким-либо причинам раздеть ребенка в обычной последовательности не представляется возможным, действуйте следующим образом:

- ✓ Обувь и одежду снимают прежде с неповрежденных частей тела;
- ✓ Если к этому есть препятствия, одежду разрезают или разрывают по швам;
- ✓ Прилипшую или пригoreвшую к телу одежду не удаляют с кожи, а отделяют от снимаемых частей при помощи ножниц, оставляя небольшие края.

ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ



Консультации для родителей