Инструкция по оказанию первой помощи от Минздрава

ОДОБРЕНА
профильной комиссией по направлению
«Первая помощь» Минздрава России

Инструкция по оказанию первой помощи
с применением аптечки для оказания первой помощи работникам

№	Наименование вложения	Использование
1	Маска медицинская нестерильная одноразовая	Применяйте для защиты от инфекций, передающихся воздушно-капельным путем
2	Перчатки медицинские нестерильные размером не менее М	Надевайте перед началом оказания первой помощи. Поменяйте, если порвались
3	Устройство для проведения искусственного дыхания «Рот-Устройство-Рот»	Используйте для выполнения искусственного дыхания при проведении сердечно-легочной реанимации
4	Жгут кровоостанавливающий для остановки артериального кровотечения	Накладывайте на плечо или бедро при сильном артериальном кровотечении выше раны максимально близко к ней, поверх одежды или тканевой подкладки
5	Бинт марлевый медицинский размером не менее 5 м × 10 см	Используйте для наложения повязок на разные части тела, для фиксации травмированных конечностей
6	Бинт марлевый медицинский размером не менее 7 м × 14 см	
7	Салфетки марлевые медицинские стерильные размером не менее 16 × 14 см № 10	Применяйте для закрытия ран и ожоговых поверхностей
8	Лейкопластырь фиксирующий рулонный размером не менее 2 × 500 см	Используйте для закрытия ссадин, потертостей, фиксации стерильных салфеток на ране, наложения окклюзионной повязки при ранении груди
9	Лейкопластырь бактерицидный размером не менее 1,9 × 7,2 см	Закрывайте подушечкой пластыря мелкие ссадины и потертости
10	Лейкопластырь бактерицидный размером не менее 4 × 10 см	Отрезайте ножницами кусок пластыря необходимого размера и закрывайте подушечкой пластыря мелкие ссадины и потертости

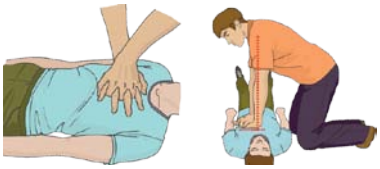
№	Наименование вложения	Использование
11	Покрывало спасательное изотермическое размером не менее 160 × 210 см	Закутывайте тяжелопострадавшего серебристой стороной к телу, оставляя открытым его лицо
12	Ножницы для разрезания повязок	Применяйте для разрезания одежды для доступа к ранению, отрезания бинтов и лейкопластыря нужной длины, для вскрытия упаковок

После использования аптечки обязательно утилизируйте и восполните ее израсходованные компоненты.

Телефоны экстренных служб: _____

Общая последовательность действий
на месте происшествия
(универсальный алгоритм оказания первой помощи)

Если вы стали участником или очевидцем происшествия, выполните следующие действия:	
1. Проведите оценку обстановки и обеспечьте безопасные условия для оказания первой помощи	
2. Определите наличие сознания у пострадавшего. При наличии сознания — перейдите к п. 7 алгоритма	
3. Восстановите проходимость дыхательных путей пострадавшего и определите признаки жизни (определите наличие нормального дыхания с помощью слуха, зрения и осязания). При наличии дыхания переходите к п. 6 алгоритма	

4. Вызовите скорую медицинскую помощь, другие специальные службы (по тел. 112, 103, 03 или региональным номерам), привлекая помощника или используя громкую связь на телефоне	
5. Начните проведение сердечно-легочной реанимации путем чередования давления руками на грудину пострадавшего и искусственного дыхания «Рот ко рту», «Рот к носу», с использованием устройства для искусственного дыхания. При появлении признаков жизни переходите к п. 6 алгоритма	
6. При появлении (или наличии) признаков жизни придайте пострадавшему устойчивое боковое положение для поддержания проходимости дыхательных путей	
7. Проведите обзорный осмотр пострадавшего для обнаружения наружного кровотечения и остановите его (выполните прямое давление на рану, наложите давящую повязку). При невозможности или неэффективности этих действий осуществите пальцевое прижатие артерии и наложите кровоостанавливающий жгут; или выполните максимальное сгибание конечности в суставе	
8. Проведите подробный осмотр пострадавшего для выявления признаков травм и других состояний, угрожающих его жизни и здоровью, окажите первую помощь в случае выявления указанных состояний	
9. Придайте пострадавшему оптимальное положение тела (для обеспечения ему комфорта и уменьшения степени его страданий)	
10. Постоянно контролируйте состояние пострадавшего (наличие сознания, дыхания и кровообращения) и оказывайте психологическую поддержку	
Передайте пострадавшего бригаде скорой медицинской помощи, другим специальным службам, сотрудники которых обязаны оказывать первую помощь, сообщив им необходимую информацию	
Более подробную информацию смотрите на сайте «Все о первой помощи» (http://allfirstaid.ru/system/files/umk/Ucha-n-L.pdf)	