**Оказание Первой Помощи**

Манеров Станислав, Инструктор Школы Первой Помощи

Умение рождает уверенность. Уверенность вытащит из любой, самой экстремальной ситуации. Я знаю – любой человек способен сделать во сто крат больше, чем может предполагать. Надо лишь знать, что делать.

А. Ильин (путешественник, специалист по вопросам выживания человека в экстремальных условиях)

Первая помощь. Многие люди в России считают, что они умеют ее оказывать. Однако в реальной ситуации зачастую или боятся, или не могут справиться с этой задачей. А ведь от правильно и своевременно оказанной Первой Помощи зависит судьба человека, а зачастую и жизнь. Неумолимая статистика показывает, что до 90% тяжело пострадавших могли бы остаться в живых, если бы помощь им была оказана в течение первых 9 минут, а если с момента ЧП проходит больше 18 минут, то удается спасти лишь 15% пострадавших.

Так что же такое первая помощь?

Обеспечение безопасности себе и пострадавшему.

Обеспечение физического и психологического комфорта пострадавшему.

Предотвращение осложнений.

Обратите внимание, что в первую очередь оказание первой помощи состоит в следовании здравому смыслу и обеспечении безопасности себе, любимому. Все очень просто. Зачастую люди бросаются помогать, не посмотрев, угрожает им что-нибудь или нет, не вызвав специалистов. В этом случае, если что-то случится с ними самими, то об этом сообщить уже будет некому, и помощь не придет. Поэтому в любой ситуации лучше следовать определенному алгоритму.

Второй пункт говорит нам о том, что лечение мы оставляем специалистам. Мы должны помочь пострадавшему дождаться врачей и спасателей, без ухудшения его состояния. Ставить диагноз, применять лекарства - не наша задача.

Третий пункт. Если вы можете простыми действиями предотвратить возможные осложнения (например, применить противошоковые меры), то сделайте это.

Оказание первой помощи в России регламентируется законами, которые нам знать не обязательно. Но есть несколько правил, придерживаясь которых вы будете действовать правильно:

Прежде чем что-либо делать, вызовите скорую помощь или спасателей – этим вы выполните свой гражданский долг.

Не превышайте свою квалификацию, т.е. исключаются любые медикаменты и оперативные вмешательства (вправление вывихов и т.п.)

Трезво оценивайте ваши возможности по оказанию помощи. Здравый смысл работает всегда!

Обязательно спрашивайте у пострадавшего, хочет ли он, чтобы вы ему помогли.

Делайте лишь то, что необходимо для спасения жизни.

Объясняйте пострадавшему и окружающим, что вы собираетесь делать.

К сожалению, существует много мифов по оказанию первой помощи – например: постучать по спине, если человек подавился; ожог помазать маслом; обмороженное место растереть снегом; запрокинуть назад голову при носовом кровотечении, дать понюхать нашатырь при обмороке и т.п. Все это может только ухудшить положение пострадавшего. Поэтому, п режде чем применять на практике любые приемы, изложенные в справочниках или увиденные в кино, желательно пройти полный курс обучения оказанию первой помощи.