**Ф.И.О. студента, группа** Савин Даниил Александрович

**Лабораторная работа № 1.** Окружающий мир и опасности, возникающие в повседневной жизни: опасности в природе.

**Цель:** Рассмотреть взаимодействие человека с окружающей средой.

**Задачи:**

Неотложная помощь при отравлениях, обусловленных укусами змей, насекомыми, ядовитыми растениями, грибами.

Помощь при воздействии холода.

Первая помощь при утоплении

Вынужденное автономное существование

**План лабораторной работы:**

1. Неотложная помощь при отравлениях, обусловленных укусами змей, насекомыми, ядовитыми растениями, грибами.

2. Характеристика отморожений. Первая помощь.

3. Утопление. Виды утопления (причины). Первая помощь при утоплении.

**4. Вынужденное автономное существование** (понятие)**. Факторы выживания** (разведение огня, безопасность при разведении костра в лесу, заготовка и приготовление пищи, поиск воды и ее обеззараживание, устройство ночлега). Психология выживания. Знаки, сигналы о помощи. **(домашняя самостоятельная работа). Форма проверки**: конспект, письменная проверочная работа.

**5. Ориентирование** и определение направления движения **(домашняя самостоятельная работа). Форма проверки**: конспект, письменная проверочная работа.

**І. Неотложная помощь при отравлениях, обусловленных укусами змей, насекомыми, ядовитыми растениями, грибами.**

**1) Изучите основные признаки, проявляющиеся при укусах змеями.**

По механизму **токсического действия** яды всех видов змей подразделяются на три группы: 1) преимущественно нейротоксические (курареподобные), вызывающие паралич двигательной и дыхательной мускулатуры, угнетение дыхательного и сосудодвигательного центров головного мозга (яды кобры и других змей семейства аспидов; морских змей тропических прибрежных вод); 2) преимущественно геморрагического, свертывающего кровь и местного отечно-некротического действия (яды гадюковых - гюрзы, эфы, обыкновенные гадюки и др., а также щитомордников обыкновенного, дальневосточного, скалистого и др.); 3) яды обладающие как нейротоксическим, так и геморрагическим свертывающим кровь и отечнонекротизирующим действием (гремучие змеи Центральной и Южной Америки, австралийские аспиды, некоторые виды гадюковых тропической фауны, обитающие преимущественно в Африке и на ближнем Востоке).

### Симптомы отравления. При укусах кобры и других змей первой группы появляются боль, чувство онемения и парестезии («ползанье мурашек») в зоне укуса, быстро распространяющиеся на всю пораженную конечность, а затем и на другие части тела. Общие признаки: головокружение, снижение артериального давления, возможны обморочные состояния; чувство онемения в области лица и языка, нарушение речи и глотания. Быстро возникает восходящий паралич, начинающийся с нижних конечностей и распространяющийся на туловище, в том числе и на дыхательную мускулатуру. Дыхание вначале кратковременно учащается, затем становится все более и более редким (паралич дыхательной мускулатуры и угнетение дыхательного центра). Нарушения ритма сердца. Если яд попадает в кровеносный или лимфатический сосуд, смерть может наступить в первые 10-20 мин после укуса. Состояние пострадавших остается крайне тяжелым в течение первых 24-36 ч. Отравление протекает более тяжело у детей и женщин, а также у лиц в состоянии алкогольного опьянения.

### При укусах змей семейства гадюковых и рода щитомордников, яды которых относятся ко второй группе, на месте укуса, где четко видны две глубокие колотые ранки, уже в первые минуты возникают гиперемия, отечность и петехиально-синячковые геморрагии (подкожные кровоизлияния), быстро распространяющиеся от места укуса как проксимально, так и дистально. Развивается тяжелая внутренняя кровопотеря, достигающая 2-3 л и более. Кроме локальной кровопотери, возникают кровоизлияния в органы и серозные оболочки, иногда наблюдаются носовые, желудочно-кишечные и почечные кровотечения. Они связаны как с геморрагическим действием ядов, так и со свертывающим - развитием синдрома диссеминированного внутрисосудистого свертывания крови.

### Общетоксические симптомы: возбуждение, сменяющееся резкой слабостью, бледность кожных покровов, головокружение, слабый и частый пульс, снижение артериального давления. Возможны обморочные состояния, тошнота и рвота. Развивается картина тяжелого шока: уменьшается объем циркулирующей крови, снижается центральное венозное давление, развивается постгеморрагическая анемия. Максимальной выраженности все проявления интоксикации достигают через 8-24 ч. Состояние больного остается тяжелым в течение первых 2-3 дней после укуса. Возможны осложнения в виде долго незаживающих язв, гангрены, нагноительных процессов (абсцессов, флегмоны и др.). Чаще всего эти осложнения связаны с неправильным оказанием первой помощи и дополнительной травматизацией тканей прижиганиями, перетяжками, обкалыванием окислителями (перманганатом калия и др.).

**2) Изучите и освойте первую помощь при укусах змеями.**

### Наиболее эффективным методом лечения отравления ядами змей является применение лечебных противозмеиных сывороток (серотерапия: моновалентные противозмеиные сыворотки «Антигюрза» и «Антикобра», а также поливалентная сыворотка против ядов кобры, гюрзы и эфы. К сожалению, противозмеиная сыворотка не всегда может оказаться под руками. Поэтому важно уметь быстро и правильно оказать первую помощь пострадавшему.

Отметьте основные **мероприятия первой помощи (алгоритм оказания первой помощи).**

1) очистить рану от яда, который еще не успел впитаться. В идеале для этого применяют медицинские груши \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

2) Далее потребуется наложить повыше проблемной зоны давящую повязку. Она призвана перекрыть исключительно лимфатический отток и венозный.

3) Вспомогательной, но действенной мерой является обеспечение жертвы укуса обильным питьем. Это способствует уменьшению токсической концентрации.

4) Заранее стоит подготовиться к возможной реанимации со всеми вытекающими вроде непрямого массажа сердца и искусственного дыхания.

5) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

6) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Запрещается:**

Разрезать место укуса крестообразно или вырезать пораженный участок. Порезы случайными предметами (ножами, осколками стекла) приводят к инфекциям, к повреждению вен, сухожилий.

Прижигать ранку раскаленными на огне предметами, угольями от костра, порохом. Ядовитые зубы змей достигают сантиметра в длину, яд вводится глубоко в мышечную ткань.

Опасно и бесполезно прижигать место укуса едким калием, азотной, серной и карболовой кислотами.

Нельзя накладывать жгут выше места укуса. Наложение жгута на пораженную конечность ухудшает состояние пострадавшего, провоцирует гангренозные явления (особенно при укусах гюрзы, гадюк), повышает возможность летального исхода.

Помните, что алкоголь не является противоядием, а, наоборот, затрудняет выведение яда из организма, усиливает его действие.

**3) Изучите и освойте первую помощь при укусах насекомыми**: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ **Первая помощь при укусе комаров, мошек, слепней, муравьев**

Независимо от вида насекомого место укуса необходимо промыть водой с мылом, обработать 3% раствором перекиси водорода, любым спиртовым раствором или настойкой календулы. После чего при наличии зуда, покраснения можно смазать противовоспалительной мазью (фенистил гель, а при выраженной реакции – гормональной мазью), маслом чайного дерева, приложить лед, сделать солевую или содовую примочку, охлаждающий компресс из чая, отваров трав (мяты, череды зверобоя, коры дуба), смазать зубной пастой с ментолом и т.д.

**Помощь при укусе жалящих насекомых**

Реакция на укус жалящих насекомых достаточно быстрая и проявляется в течение первых 20 минут.

При наличии жала в ранке его необходимо аккуратно удалить, стараясь не сломать и не оставить. Место укуса нужно обработать любым антисептическим или спиртосодержащим раствором, затем приложить лед к пораженному участку. Холод вызывает спазм сосудов, предотвращает развитие местной выраженной воспалительной реакции и распространение токсинов, аллергена по всему организму.

После ревизии места укуса с противоаллергической целью рекомендован прием антигистаминных препаратов перорально (выбор препарата, доза и длительность определяется врачом), а также обильное питье и отдых. При отсутствии медикаментов среди средств народной медицины широко предлагается прикладывание к месту укуса сырой картошки, помидора, измельченной петрушки, лука, листа одуванчика, черемухи.

Появление головокружения, слабости, головной боли, тошноты, рвоты и других симптомов, относящихся к общей системной реакции, требует незамедлительного обращения к врачу.

При укусе в области рта, горла, а также при наличии множественных укусов жалящих насекомых следует обратиться к врачу.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**4) Изучите отравление ядовитыми грибами, растениями. Заполните пропуски в тексте.**

**Ядовитые растения** - это растения, вырабатывающие и накапливающие в процессе жизнедеятельности яды, вызывающие отравления животных и человека. Отравление может привести к тяжелому заболеванию и даже к смерти. К ядовитым веществам, содержащимся в растениях, относятся азотистые соединения (алкалоиды), соединения сахаров со спиртами, кислотами и другими веществами (гликозиды), растительные мыла (сапонины), горькие вещества, токсины, смолы, углеводороды и др. В мировой флоре известно более 10 тыс. видов таких растений.

К ядовитым растениям относятся Борец Ежовник Подбел Анчар Львиный зев Кутра Аралия Полынь Кирказон Копытень Красавка Горчица Переступень Белокрыльник Конопля Золототысячник Цербера Хохлатка

**Ядовитые грибы:**

\_\_\_\_\_\_ Бледная поганка Мухомор Смита Мухомор весенний Мухомор вонючий Говорушка беловатая Говорушка красноватая Паутинник благородный Паутинник горный Паутинник красивейший Паутинник блестящий Галерина окаймлённая Строчок обыкновенный Волоконница Патуйяра Лепиота коричнево-красная Лепиота каштановая\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Признаки отравления грибами** отличаются своей спецификой в зависимости от разновидностей токсичных грибов. Первые признаки отравления грибами могут появиться только через 1-14 часов (латентный период). После этого проявляются первые признаки отравления грибами: тошнота и многократная рвота, болезненность в кишечнике и расстройство пищеварения. Возможно поражения ЦНС (бред, судорожные синдромы); при отравлении мухоморами желтушность кожи, малокровие и гемоглобин в моче, в тяжелых случаях – паралич, кома. При употреблении в пищу поганки и ее подвидов, строчковых грибов, наблюдается расстройство кишечника и сильная рвота, вялость и слабость (холероподобное состояние), бред и сонливость, головная боль. В отдельных случаях к этим признакам отравления грибами добавляется желтушность. В частности строчки содержат такое вещество, как гельвелловая кислота, способная разрушать красные кровяные тельца (эритроциты).

**5) Изучите и освойте первую помощь при отравлении ядовитыми грибами и растениями.** Отметьте основные мероприятия первой помощи при отравлении ядовитыми растениями и грибами (алгоритм оказания первой помощи).

Обязательное соблюдение постельного режима. Если больного знобит, необходимо его тепло укутать.

Употребление большого количества жидкости. Обильное питье способствует скорейшему выводу токсинов из организма, хорошо очищает желудок. Особенно важен этот пункт при наличии у пациента диареи и рвоты, которые сильно обезвоживают организм, что также чревато серьезными последствиями. Из напитков более всего подходит чистая минеральная вода комнатной температуры, солевые растворы, регидрон, охлажденный зеленый чай, слабый раствор марганцовки.

Прием энтеросорбентов, впитывающих и выводящих яды и токсины из организма. К ним относятся энтеросгель, активированный уголь, атоксил, смекта, белый уголь и другие. При отсутствии у больного рвоты и позывов в туалет, необходимо в обязательном порядке поставить очистительную клизму, дать слабительное и вызвать рвоту механическим путем. Проводить симптоматическое лечение пациента. При нарушении дыхательных функций применяют Атропин. Парацетамол и Ибупрофен дают при высокой температуре. Регидрон, Оралит или Литрозол помогут при обезвоживании организма. В тяжелых случаях может потребоваться внутривенное введение глюкозы и инсулина, а также гемодиализ и переливание крови

Если не принять срочных мер, упустить время, то уже через двое - трое суток с момента отравления лечение бывает чрезвычайно сложным, а порой и бесполезным.

### ІІ. Помощь при воздействии холода.

### 1) изучите воздействие холода на организм и освойте первую помощь при воздействии холода

### Отмороже́ние - поражение тканей, вызванное воздействием низких температур.

### *Отметьте факторы, способствующие отморожению\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*\_\_\_\_\_

### *\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_*\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

### Патогенез. Под действием холода происходит стойкий нейрорефлекторный спазм сосудов с выраженным расстройством кровообращения. В результате спазма наступает замедление кровотока, затем стаз (остановка) с последующим тромбозом сосудов, в патогенезе которого важную роль играют изменения коагуляционных и реологических свойств крови (повышение вязкости) и нарушения водно-солевого обмена. Расстройства кровообращения, развивающиеся под действием холода в конечностях, вызывают нарушения вегетативной иннервации, которые являются причиной рефлекторного возникновения патологических изменений в органах, удаленных от участков охлаждения. Возникают воспалительные процессы в дыхательных путях, желудочно-кишечном тракте, периферических нервах и костях.

### *Дореактивный (скрытый) период* характеризуется:

### Так называемый скрытый период, характеризующейся непосредственным влиянием низких температур на кожные покровы и ткани. Симптоматика здесь выражено слабо (человек ощущает лишь снижение подвижности и исчезновение чувствительности пораженных локализаций), однако проявления отморожения зачастую совмещаются с общим переохлаждением организма и соответствующим снижением базовых жизненных показателей – пульса, артериального давления, дыхания и так далее; |

### \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

### *Реактивный период* начинается после согревания поврежденных холодом тканей. Клиническая картина в этом периоде зависит от глубины поражения и имеющихся осложнений.

### По глубине поражения тканей выделяют 4 степени отморожения.

### Отморожение I степени (наиболее лёгкое):

### обычно наступает при непродолжительном воздействии холода. Пораженный участок кожи бледный, после согревания покрасневший, в некоторых случаях имеет багрово-красный оттенок; развивается отек.

### 

### Отморожение II степени:

### возникает при более продолжительном воздействии холода. В начальном периоде появляется побледнение, кожа становится холодной, утрачивается чувствительность, но эти явления наблюдаются при всех степенях обморожения.

### Отморожение III степени: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

### продолжительность периода холодового воздействия и снижения температуры в тканях увеличивается. Образующиеся в начальном периоде пузыри наполнены кровянистым содержимым, дно их сине-багровое, нечувствительное к раздражениям. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

### Отморожение IV степени:

### возникает при длительном воздействии холода, снижение температуры в тканях при нем наибольшее. Оно нередко сочетается с обморожением III и даже II степени. Омертвевают все слои мягких тканей, нередко поражаются кости и суставы.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

### Установить распространенность и степень отморожения можно лишь при развитии всех признаков, т. е. через несколько дней (при образовании демаркационной борозды).

### Первая помощь (Отметьте основные мероприятия первой помощи при отморожении):

### \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Прежде всего необходимо согреть пострадавшего в теплом помещении. Согревание пораженной части тела должно быть постепенным, медленным, преимущественно пассивным.

### Пострадавшего нужно укутать в теплое одеяло (при общем переохлаждении) или (при отморожении) наложить на пораженную часть тела термоизолирующую ватно-марлевую повязку (7 слоев) для кумуляции тепла и предотвращения преждевременного согревания поверхностных тканей (и, соответственно, образования перепада температур между поверхностными и глубокими тканями).

### \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

### Противопоказано: растирание отмороженных участков тела снегом, использовать быстрое отогревание отмороженных конечностей у костра, в горячей воде, бесконтрольно применять грелки и тому подобные источники тепла, втирание масел, жира, растирание тканей спиртом.

### Общее замерзание (общее охлаждение) - состояние развивающееся вследствие общего переохлаждения организма. Продолжительность охлаждения, достаточная для замерзания, тем меньше, чем ниже внешняя температура. Замерзание наступает быстрее при утомлении, голодании и особенно при алкогольном опьянении, быстро наступает охлаждение в воде, у людей, заблудившихся и выбившихся из сил, одетых не по сезону. Пребывание в ледяной воде в течение ½-1 часа смертельно опасно, а при внезапном погружении уже в первые минуты возможен холодовый шок. Замерзание иногда возможно и при положительной внешней температуре (5-10° выше нуля), при высокой влажности воздуха, сильном ветре.

### Стадии замерзания:

### 1. Стадия адинамическая - пострадавший вял, сонлив, кожа бледная, конечности синюшные, пульс замедлен, температура тела 35-34о.

### 2. Стадия ступорозная - озноб, пульс нитевидный, дыхание 8-10 в минуту, конечности бледные, холодные, температура тела 32-31о.

### 3. Стадия судорожная - сознание утрачено, судороги, пульс прощупывается на сонных и бедренных артериях, дыхание - редкое, если температура тела падает ниже 25о - наступает смерть.

### Первая помощь: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

### \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

### ІІІ. Первая помощь при утоплении

### 1) Изучить причины и виды утопления, его признаки, освойте первую помощь при утоплении.

### Утопление - это смерть от гипоксии (острое кислородное голодание), возникающей в результате закрытия дыхательных путей жидкостью, чаще всего водой. Этапы оказания помощи.

### Выделяют два этапа оказания помощи при утоплении. Первый - это действия спасателя непосредственно в воде. Если человек пробыл под водой более 5-10 минут, его вряд ли удастся вернуть к жизни. Хотя в каждом конкретном случае исход будет зависеть от времени года, температуры и состава воды, особенностей организма, а главное - от вида утопления и верно выбранной тактики оказания помощи. На успех можно надеяться только при правильном оказании помощи с учетом вида утопления.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **Вид утопления** | | |
| **Истинное (синее, мокрое)** | | **Бледное (сухое)** |
| **Причины** | "Синее" утопление наиболее часто встречается у детей и взрослых, не умеющих плавать, у лиц в состоянии алкогольного опьянения и даже у хороших пловцов при разрыве барабанной перепонки, когда они внезапно теряют координацию движений.  Подобным образом тонут те, кто до последней минуты боролся за свою жизнь. Находясь под водой, они продолжали активно двигаться, максимально задерживая дыхание. Это очень быстро приводило к гипоксии мозга и потере сознания. Как только человек теряет сознание, вода сразу же в большом количестве начинала поступать в желудок и легкие. Этот объем быстро всасывался и переходил в кровеносное русло, значительно переполняя его разжиженной кровью. | | Встречается в случаях, когда вода не попала в легкие и желудок. Подобное происходит при утоплении в очень холодной или хлорированной воде.\* В этих случаях раздражающее действие ледяной воды в проруби или сильно хлорированной в бассейне вызывает **рефлекторный спазм голосовой щели**, что препятствует ее проникновению в легкие.  \*Неожиданный контакт с холодной водой часто приводит к **рефлекторной остановке сердца**.  В каждом из этих случаев развивается состояние **клинической смерти**. |
| **Смешанный тип** утопления характеризуется наличием признаков как «мокрого», так и «сухого» видов. Встречается в среднем в 20% случаях. | | |
| **Признаки** | Лицо и шея сине-серого цвета, а изо рта и носа выделяется розоватая пена. | Кожные покровы приобретают бледно-серый цвет, без выраженного цианоза (посинения). | |
| **Причины смерти в первые ми-нуты после спасения** | 1. Отек головного мозга.  2. Внезапная остановка сердца.  3. Острая почечная недостаточность.  4. Отек легких |  | |
| **Первая помощь** | 1. Повернуть на живот, чтобы голова оказалась ниже уровня таза (перекинуть через бедро) 2. Очистить полость рта 3. Резко надавить на корень языка (для провоцирования рвотного рефлекса и стимуляции дыхания) Наличие или отсутствие рвотного рефлексов – важнейший тест для выбора дальнейшей тактики. | 1. Сразу же после извлечения из воды перенесите тело на безопасное расстояние от проруби, оцените состояние зрачков и пульсацию на сонной артерии; 2. При отсутствии зрачкового и роговичного рефлексов, пульсации на сонной артерии приступайте к сердечно-легочной ре­анимации; 3. При появлении признаков жизни перенесите пострадавшего в теплое помещение, переоденьте в сухую одежду, дайте обильное теплое питье; 4. Вызовите «Скорую помощь». | |

**IV. Вынужденное автономное существование** (самостоятельная работа) –

это длительное пребывание человека или группы людей в диких природных условиях без пополнения запасов, без связи с окружающим цивилизованным миром. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Знаки (сигналы) международного кода о помощи «Земля-воздух» (**отметьте, что обозначают знаки)

|  |  |
| --- | --- |
| I | Нужен врач, есть тяжелораненые |
| II | Нужны медикаменты |
| X | Следовать дальше не в состоянии |
| F | Нужны продовольствие и вода |
| http://cs7001.vk.me/v7001025/1e328/XXqta1PyCgY.jpg | Нужны оружие и боеприпасы |
| LL | Все в порядке |
| Y | Да |
| N | Нет |
| http://cs7001.vk.me/v7001025/1e328/XXqta1PyCgY.jpg | Нужны компас и карта |
| http://cs7001.vk.me/v7001025/1e328/XXqta1PyCgY.jpg | Здесь возможна посадка |
| ↑ | Следую в этом направлении |

Сигналы международного кода - вытаптываются на снегу, выкладываются из камней, веток, дёрна и других подручных средств на хорошо заметных с воздуха местах, рекомендуемые размеры – 10 м в длину, 3м в ширину, расстояние между знаками 3м.

**Отметьте, как можно еще подать сигнал о бедствии.**

Сигнал SOS c помощью зеркала

Сигнал SOS c помощью свистка

Сигнал бедствия c помощью костров

Сигнал бедствия c помощью костров

Сигнал бедствия c помощью камней и песка

Сигнал SOS c помощью фонарика или мобильного телефона

Сигнал бедствия c помощью факела

Сигнал бедствия c помощью красного и синего цвета

Сигнал бедствия c помощью своего тела

Сигнал бедствия c помощью оранжевого дыма

Сигнал SOS c помощью стука

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

***Контрольные вопросы к зачету (контрольной работе) по теме*:**

### 1. Чем опасен укус ядовитой змеи? 2. Что необходимо выполнить в первую очередь при оказании первой помощи при укусе змеи? 3. Определите последовательность оказания первой помощи при укусе змеи. 4. Что запрещено выполнять при оказании первой помощи при укусе змеи? 5. Отметьте мероприятия первой помощи при укусах насекомыми (осами, пчелами). 6. Какие признаки указывают на отравления ядовитыми растениями? Грибами? 7. Отработайте алгоритм действия при данных видах отравлений. Что для этого необходимо иметь? 8. Какие факторы способствуют отморожению и замерзанию? 9. Какие признаки указывают на отморожение? 10. Сколько выделяют по глубине поражения тканей степеней отморожения и стадий замерзания при общем охлаждении? 11. В чем состоит первая помощь при воздействии холодового фактора? 12. Что нельзя выполнять при оказании первой помощи? 12. Что такое истинное и бледное утопление? 13. В чем заключается первая помощь при утоплении? 14. Что такое автономное существование? 15. Причины попадания человека в условия вынужденной автономии. 16. Правила поведения в условиях вынужденной автономии.17. Способы определения сторон горизонта. 18. Способы подачи сигналов и знаков бедствия. 19. Поиск воды и ее обеззараживание. 20. Меры профилактики и подготовка к безопасному поведению в условиях автономного существования.