

Тема. Сигнали оповіщення населення про НС. Визначення стану потерпілого. Перша допомога при надзвичайних ситуаціях.

Мета: ознайомити учнів із сигналами оповіщення населення про НС; із способами визначення стану потерпілого в надзвичайній ситуації, систематизувати знання про правила надання першої допомоги при НС; розвивати здоров'язбережувальні компетенції, навички надання першої допомоги потерпілому; виховувати впевненість у своїх діях, відповідальність за прийняті рішення.

ХІД УРОКУ

I. Організаційний момент

1. Привітання, створення позитивного настрою.

II. Актуалізація опорних знань, навичок і вмінь учнів

1. Дайте відповіді на запитання

- Які події називають НС?

- Скільки видів НС виділяють в Україні за офіційною класифікацією?

- У якому документі державного рівня йдеться про завдання та функції аварійно-рятувальних служб, права й обов'язки громадян України у сфері захисту населення і територій від НС техногенного і природного походження? (*Закон України «Про захист населення і територій від надзвичайних ситуацій техногенного та природного характеру»*)

- Які ви знаєте основні положення законодавства України щодо порятунку і захисту людей у НС?

2. Пригадайте!

- Про надзвичайні ситуації повідомляють по радіо чи телебаченню.

- Для того, щоб людина увімкнула радіо чи телевізор, використовують звуковий сигнал – завивання сирен "Увага всім!"

- Почувши його, негайно вмикай радіоприймач чи телевізор і слухай інформацію служби

надзвичайних ситуацій. Після повідомлення про НС, пропонується також план евакуації населення або заходи щодо збереження здоров'я та життя оточуючих.

Зберігай спокій, не панікуй. Виконуй усі накази.

III. Мотивація навчальної діяльності учнів

Засоби масової інформації часто публікують інформацію про те, як діти шкільного віку рішуче і впевнено діють у разі виникнення небезпечних ситуацій, надають допомогу собі й потерпілим.

- Як ви думаєте, що дає поштовх для мобілізації сил і можливостей людини в умовах НС?
- Хто з вас може сказати, що ніколи не доведеться застосовувати життєві навички та знання щодо визначення стану потерпілого?
- Хто з вас вважає, що навички надання першої допомоги не є важливими для сучасної людини?

IV. Повідомлення теми, мети та завдань уроку

Надаючи допомогу, треба розуміти, хто найбільше її потребує. Може, в даній ситуації людина здатна сама собі допомогти.

Наслідками надзвичайних ситуацій є людські жертви. Високий відсоток смертельних випадків міг би зменшитися в рази, якщо б потерпілим своєчасно було надано першу допомогу.

Люди не надають потерпілим допомогу з різних причин: не вміють цього зробити, невпевнені у власних можливостях, страх перед відповідальністю за когось тощо.

V. Вивчення нового матеріалу.

*** Визначення стану потерпілого.**

Потерпілий може бути у стані: непритомності, паніки, відчуття фізичного болю.

У стані непритомності у потерпілого слід визначити ознаки життя: наявність пульсу та дихання, реакції зіниць ока на світло.

Пульс можна визначити, натиснувши на тіло в тих місцях, де артерія найближче розташована до поверхні шкіри.

Наявність дихання визначають за допомогою дзеркальця (якщо не спостерігаються характерні рухи грудної клітини). Його підносять близько до рота або носа потерпілого: при вдиханні і видиханні має з'явитися «запотівання» поверхні дзеркала. Можна скористатися пір'їною чи

кількома волосинами, шматочком легкої тканини тощо, за рухами яких (або їх відсутністю) визначити наявність (або відсутність) дихання.

Піднявши повіку і спрямувавши на зіницю ока світловий потік, можна визначити наявність (або відсутність) мозкового кровообігу.

1. Поняття «перша допомога»

Перша допомога - це сукупність простих, доцільних дій, спрямованих на збереження здоров'я потерпілого.

При наданні першої долікарської допомоги треба керуватися такими *принципами*:

• правильність;

• доцільність;

• швидкість;

• продуманість;

• рішучість;

• спокій.

Той, хто надає першу допомогу, *повинен знати*: основні ознаки порушення життєво важливих функцій організму людини, загальні принципи надання долікарської допомоги та її прийомів щодо характеру отриманих потерпілим пошкоджень.

Людина, яка надає першу допомогу, *повинна вміти*: оцінити стан потерпілого і визначити, якої допомоги, в першу чергу, той потребує; забезпечити штучне дихання "з рота в рот" або "з рота в ніс", зовнішній масаж серця і оцінити їх ефективність; тимчасово припинити кровотечу накладанням джгута, щільної пов'язки, пальцевим притисканням судин; накладати пов'язку при пошкодженні (пораненні, опіку, відмороженні, ударі); іммобілізувати пошкоджену частину тіла при переломі кісток, важкому ударі, термічному враженні; надати допомогу при тепловому і сонячному ударах, утопленні, нудоті, втраті свідомості; використати підручні засоби для перенесення, навантаження і транспортування потерпілого; визначити потребу вивезення потерпілого машиною швидкої допомоги чи попутним транспортом; користуватися аптечкою першої допомоги.

2. Перша допомога при НС

Послідовність надання першої допомоги:

- усунути вплив на організм факторів, що загрожують здоров'ю та життю потерпілого (звільнити від дії електричного струму, винести із зараженої зони, загасити палаючий одяг, витягти із води),
- оцінити стан потерпілого;
- визначити характер і важкість травм, що становлять найбільшу загрозу для життя потерпілого і послідовність заходів щодо його врятування;
- виконати потрібні заходи щодо врятування потерпілого в порядку терміновості (вивільнити прохідність дихальних шляхів, здійснити штучне дихання, зовнішній масаж серця, припинити кровотечу, іммобілізувати місце перелому, накладити пов'язку і т. ін.);
- підтримувати основні життєві функції потерпілого до прибуття медичного працівника;
- викликати швидку медичну допомогу чи лікаря або вжити заходи для транспортування потерпілого в найближчу медичну установу.

Втрата свідомості (ВС) - це стан, коли людина не реагує ні на що, нерухома, не відповідає на запитання.

Причини можуть бути різні, але всі вони пов'язані з ураженням центру свідомості - мозку (при травмах, нестачі кисню, замерзанні, тощо).

Ознаки ВС виявляються у широкому спектрі симптомів, починаючи від шоку, непритомності й закінчуючи станом клінічної смерті. При ВС велику небезпеку для життя потерпілого становить западання язика і потраплення блювотних мас у дихальні шляхи, що призводить до її закупорювання.

Допомога. Передусім потерпілого потрібно винести з місця події, потім вивільнити дихальні шляхи, покласти на бік. У разі зупинення дихання і серцебиття треба розпочати оживлення методом штучного дихання і масажу серця. Людину, що втратила свідомість, не можна намагатися напоїти, транспортувати її треба у фіксованому стані на боці.

Оживлення складається з двох основних процедур: відновлення дихання (штучне дихання) та серцевої діяльності (зовнішній масаж серця).

Тому, хто надає долікарську допомогу, треба розрізняти ознаки життя і смерті. Так, серцебиття визначається рукою або на слух зліва, нижче соска, а також на шиї, де проходить сонна артерія, або ж на внутрішній частині передпліччя. Дихання визначається за рухами грудної клітини, за зволоженням дзеркала, прикладеного до носа потерпілого, за звуженням зіниць під час раптового освітлення очей або після їх затемнення рукою.

За встановлення ознак життя треба негайно розпочати надавання допомоги. Але навіть і за відсутності перелічених ознак доти, доки немає певної впевненості у смерті потерпілого, треба надавати йому допомогу в певному обсязі. Смерть має дві фази – клінічну і біологічну. Клінічна смерть триває 5...7 хв., але незворотні явища в організмі ще відсутні. У цей період, поки ще не сталося тяжких уражень мозку, серця та легень, організм можна оживити. Перші ознаки біологічної смерті – це помутніння рогівки, деформація зіниці під час здавлювання, трупне задубіння, трупні синюваті плями.

VI. Відпрацювання навичок надання першої допомоги потерпілому.

VII. Підбиття підсумків уроку

1. Підсумкове завдання

Обговорення в колі. Кожен учень висловлює свою думку про те, які знання, життєві навички необхідні саме йому для впевненості в тому, що в разі необхідності він зможе надати необхідну допомогу потерпілим у будь-якій небезпечній ситуації.

Висновок. Необхідно постійно здійснювати самовдосконалення та розвивати здоров'язбережувальні життєві навички.

VIII. Домашнє завдання:

- Опрацювати матеріал підручника щодо вивченої теми (§ 2, с. 13-19).
- Перегляньте відео за посиланням.

<https://youtube.com/watch?v=Q8hZ6GVXrKs&feature=shared>

- Виконайте вправу (письмово) «10 «не можна».

(Складіть перелік тверджень щодо надання першої допомоги потерпілим у НС, які б починалися словами «Не можна...» (піддаватися загальній паніці тощо.)

Сфотографуйте письмову роботу та надішліть мені на освітню платформу Human або на електронну адресу klimenkoalla2000@gmail.com