**Безопасность жизнедеятельности Гр. 31**

**Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи.**

**Задания для самостоятельной работы на 23.04.2020 г.**

Тема: Первая медицинская помощь при остановке сердца. Правила проведения сердечно-лёгочной реанимации.

Литература: учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» Н.В. Косолапова стр.255-258

**ПРАВИЛА И ТЕХНИКА ПРОВЕДЕНИЯ ИСКУССТВЕННОГО ДЫХАНИЯ**

**И НЕПРЯМОГО МАССАЖА СЕРДЦА**

При нарушении или остановке у поражённого естественного ды­хания ему делают искусственное дыхание. При его осуществлении следует соблюдать ряд правил:

по возможности обеспечить приток к поражённому свежего возду­ха. Освободить его от стесняющей одежды, расстегнуть воротник, ре­мень, лифчик;

при наличии во рту поражённого рвотных масс, песка, земли и других веществ, закупоривающих горло, — очистить рот от них ука­зательным пальцем, обёрнутым платком или куском марли; если язык запал, вытянуть его; соблюдать нормальный ритм дыхания (16—18 раз в минуту) и синхронность движений.

Существует несколько способов искусственного дыхания.

На незаражённой местности чаще пользуются способом "изо рта в рот". Этот способ основан на активном вдувании воздуха в лёгкие по­ражённого. Для этого его кладут на спину и запрокидывают голову назад. Чтобы удержать её в таком положении, под лопатки подкла­дывают что-нибудь твёрдое. Удерживая одной рукой голову пора­жённого в указанном положении, другой рукой ему оттягивают нижнюю челюсть книзу так, чтобы рот был полуоткрыт. Сделав глу­бокий вдох, оказывающий помощь прикладывает через платок или кусок марли свой рот ко рту поражённого и вдыхает в него воздух из своих лёгких в течение 2 сек. Одновременно пальцами руки, удержи­вающей голову, он сжимает поражённому нос. Грудная клетка по­страдавшего при этом расширяется — происходит вдох. Затем ока­зывающий помощь отнимает свои губы ото рта поражённого и, нада­вливая руками в течение 2-3 сек. на его грудную клетку, выпускает воздух из лёгких — происходит выдох. Эти действия повторяют 16— 18 раз в минуту.

Вдувание воздуха в лёгкие поражённого можно производить и че­рез специальную трубку — воздуховод.

Наряду с остановкой дыхания у поражённого может прекратить­ся деятельность сердца. В этом случае одновременно с искусственным дыханием следует произвести так называемый непрямой мас­саж сердца. Если помощь оказывают два лица, то один делает искус­ственное дыхание по способу "изо рта в рот", второй же, встав возле поражённого с левой стороны, кладёт ладонь одной руки на нижнюю треть его грудины, а вторую руку — на первую и при выдохе пора­жённого ритмически делает 3-4 толчкообразных надавливания. Ес­ли помощь оказывает один человек, то, надавив несколько раз на грудину, он прерывает массаж и один раз вдувает воздух в лёгкие по­ражённого, затем повторяет надавливания на грудину и вдувает воз­дух. И так до тех пор, пока поражённый не начнёт самостоятельно дышать.