

СЕСТРИНСКОЕ g e Λ o 6'2018

*Молодежный
медицинский
форум*

стр. 8

*«Городок здоровья»
для детей
Забайкалья*

стр. 17

*Проблемы ухода
за пациентами*

стр. 33

*Современный подход
к организации
уборки*

стр. 40

*Неотложная помощь
при клинической
смерти*

стр. 44



АЛГОРИТМ ПОМОЩИ ПРИ КЛИНИЧЕСКОЙ СМЕРТИ

Если речь идет об острой остановке кровообращения и дыхания, реальную помощь человеку смогут оказать только те, кто находится в непосредственной близости от него. Слагаемыми успеха при оказании помощи пострадавшим в состоянии клинической смерти являются раннее распознавание и раннее начало сердечно-легочной реанимации. Став свидетелем клинической смерти либо обнаружив человека в бессознательном состоянии, необходимо выполнить определенную последовательность действий.



Проверка реакции



Правило трех П



Открытие дыхательных путей



Компрессия



Защита дыхательных путей



ИВЛ рот в рот

Практика оживления в полной мере доказала возможность успешного возрождения к жизни на улице и берегу водоема, в квартире и на производстве. Прекрасным доказательством этому являются десятки тысяч возвращенных к жизни благодаря успешному применению четкой методики реанимации.

В 2017 году Национальный совет по реанимации, основываясь на рекомендациях Международного согласительного комитете по реанимации, внес поправки в алгоритм действий при внезапной остановке сердца.

Но для начала разберемся, что же такое клиническая смерть, как отличить ее от других схожих состояний.

Клиническая смерть (*mors clinicalis*) — состояние организма, наступающее после прекращения сердечной деятельности и дыхания и продолжающееся 3–5 мин., т.е. до наступления необратимых изменений в высших отделах центральной нервной системы.

Продолжительность периода клинической смерти принято определять сроками, на протяжении которых высшие отделы в головном мозге (подкорка и зоны коры головного мозга) обладают способностью сохранять свою жизнеспособность в условиях кислородного голодания.

Обратимся к состоянию может быть только при условии своевременного и правильного оказания медицинской помощи по оживлению организма.

Признаки клинической смерти:

- кома (характеризуется отсутствием сознания и расширением зрачка);
- апноэ (отсутствие самостоятельного дыхания);
- асистолия (отсутствие сердцебиения).

Итак, с чего же стоит начать, обнаружив человека, не подающего признаков жизни и очевидно нуждающегося в помощи?

Прежде чем приступить к активным действиям, необходимо оценить окружающую вас обстановку. Не угрожает ли вам и пострадавшему какая-либо опасность (это может быть что угодно — например, свисающий оголенный провод, лужа разлившегося бензина, да просто сосульки на крыше здания и пр.). Если такая опасность существует и есть возможность перемещения пострадавшего, то это необходимо сделать.

После того как вы убедились в безопасности среды, необходимо определить реакцию пострадавшего на внешние раздражители. Как это сделать? Довольно просто, надо аккуратно потрясти пострадавшего за плечи и спросить, слышит ли он вас? Если он реагирует, постарайтесь понять, что с ним не так и при необходимости помогите, вызовите скорую помощь; оценивайте его состояние регулярно до приезда специалистов.

При отсутствии какой-либо реакции следующим действием будет открытие дыхательных путей. Для этого вам необходимо положить свою руку на лоб пострадавшего и осторожно разогнуть голову назад. Одновременно с этим кончиками пальцев, размещенными под подбородком, поднять нижнюю челюсть.

Сразу после этого вам будет необходимо оценить дыхание пострадавшего, достигается это правилом «трех П»: посмотреть, послушать, почувствовать. Сделать это довольно легко, просто наклонитесь над пострадавшим. Наблюдайте, слушайте и ощущайте, нормально ли дыхание, не более 10 секунд. При любых сомнениях в нормальности дыхания нужно приготовиться начать делать сердечно-легочную реанимацию.

Итак, мы выявили с вами два из трех признаков клинической смерти, а именно отсутствие сознания (реакции) и дыхания. Такое состояние требует НЕЗАМЕДЛИТЕЛЬНОГО вызова экстренных служб. Сделать это лучше через посредника ►

ЗЕЛЕНАЯ АПТЕКА ДЛЯ ЛЕЧЕНИЯ ТРАВМ

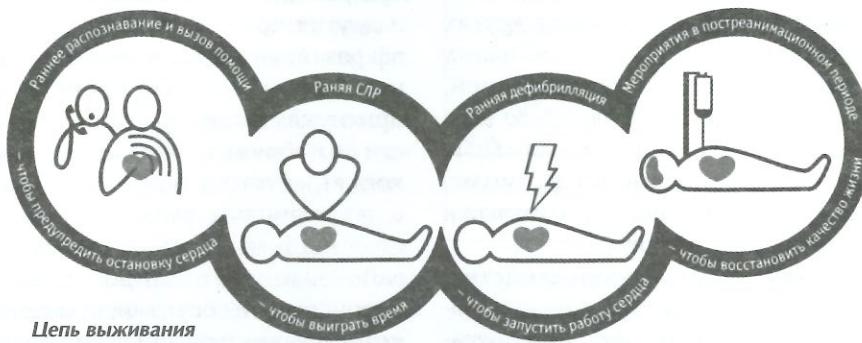
Арника горная, или *Arnica Montana*

Детский травматизм – одна из актуальнейших проблем в медицинской практике, причем зачастую по той причине, что родители малышей не придают значения мелким травмам и не обращаются к врачам, а лечат своих детей самостоятельно. Конечно, во многих случаях это и правильно – царапины, ссадины и мелкие порезы достаточно смазать привычными антисептиками, и они благополучно заживут. Однако в определенных случаях, особенно связанных с ушибами, родители могут недооценить травматического поражения – и, соответственно, зеленки или йода может оказаться недостаточно. В таких случаях на помощь приходит «зеленая аптека». Растения нашей планеты не просто служат украшением и озеленением, являясь важным звеном в поддержании жизни всех дышащих существ, – кроме этого, многие из них обладают целебным действием. Арника горная – одно из таких растений, оно прекрасно помогает при любых травмах.

Из истории. Арника горная, или Баранья трава, а также Горная ромашка, Горный баранник, Горлящая трава, Нечуй-ветер, Проклятие Леопарда, Горный табак – это одно и то же растение, названия которому давались людьми на протяжении многих веков. Об исцеляющих свойствах Арники есть древние письменные свидетельства, датированные XI и XII вв. Так, монахиня св. Хильдегарда описывала Арнику как прекрасное лечебное средство для облегчения любых

мышечных болей, в том числе при синяках. Особый интерес к этому растению появился после того, как европейские пастухи при наблюдении за овцами заметили, что животные, сорвавшиеся со склона горы и получившие разные травмы, начинали жевать цветы Арники. Растение так и называли – баранья трава. Кстати, немецкое название растения – «Fallkraut», то есть трава от падений. Арника издавна верно служит людям – древние лекари при помощи этого растения

избавляли от ран и ушибов, снимали воспаления кожи. Древнегреческий врач Диоскоридий ценил его и называл *Ptarmica*, что по-гречески означает «чихательный». Действительно, цветки и листья этого растения могут вызывать чихательный рефлекс, тем самым освобождая от скопившейся слизи носоглотку. Позже ученики и последователи Диоскоридия исказили название и стали называть его Арникой. В средние века медики Ордена Розенкрейцеров использовали цвет-



►(прохожего, знакомого, родственника), что исключит потерю времени и позволит продолжить оказание неотложной помощи. Если вы одни и рядом никого нет, поставьте телефон на громкую связь и пытайтесь дозвониться диспетчеру самостоятельно, не откладывая оказания помощи.

Во время попытки дозвона до экстренных служб безотлагательно приступайте к непрямому массажу сердца. Для этого встаньте на колени сбоку от пострадавшего. Установите основание одной ладони в центре грудной клетки пострадавшего, основание другой вашей ладони наложите поверх первой. Сомкните пальцы ваших рук и убедитесь, что давление не приходится на ребра пострадавшего. Займите вертикальное положение над грудной клеткой пострадавшего и нажмите на грудину. При этом ваши руки должны оставаться прямыми. После каждой компрессии снимайте давление на грудную клетку полностью, но не теряя контакта между вашими руками и грудиной. Повторяйте это с частотой не менее 100, но не более 120 компрессий в минуту.

После 30 компрессий снова откройте дыхательные пути. Попытайтесь обезопасить себя, используя платок или специальные средства защиты. Со-

жмите крылья носа большим и указательным пальцами вашей руки, расположенной на либу пострадавшего. Сделайте нормальный вдох, охватите губами его рот и сделайте равномерное вдувание. Отнимите свой рот ото рта пострадавшего и наблюдайте за снижением грудной клетки. Повторите, чтобы получить в сумме два эффективных искусственных вдоха. На это вы можете потратить не более 10 секунд. Если вы не готовы, не уверены или просто боитесь делать вдохи, продолжайте проводить компрессии до приезда специалистов.

И в завершение – помните, что, владея приемами базового комплекса сердечно-легочной реанимации, вы можете спасти человеческую жизнь.

Иван СЛЕПНЕВ, методист
отдела дополнительного
профессионального
образования
ГБПОУ СПО ДЗМ
«Медицинский колледж № 2»