

## Первая помощь при переломах

За 2016 год отделением Фонда социального страхования от несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний Украины в г.Запорожье зарегистрировано 60 несчастных случаев на производстве, связанных с падением работников во время перемещения, что составляет 26,5% от общего количества. Часть из них закончилась инвалидностью для потерпевших. Травмирование работников предприятий города, да и просто граждан влечет за собой затраты государства на лечение, оплату больничных листов, другие социальные выплаты.

Конечно, любые травмы можно избежать, передвигаясь максимально внимательно на скользких дорогах и тротуарах, но если это не удалось, нужно правильно действовать в критической ситуации.

Чаще всего, при падениях, люди получают вывихи и переломы в лучезапястном, локтевом, голеностопном суставах, переломы лучевой, плечевой, бедренной костей, травмы головы. От правильных и быстрых действий при оказании домедицинской помощи потерпевшему может зависеть его здоровье, а иногда и жизнь.

Острые обломки костей при движении могут травмировать сосуды, нервы, сухожилия, поэтому при переломах необходимо зафиксировать руку или ногу с помощью повязки или шины. Но прежде, чем это сделать, осмотрите поврежденную конечность потерпевшего и определите, какого рода у него травма: вывих, открытый или закрытый перелом. От этого будут зависеть ваши дальнейшие действия.

Если перелом открытый и сопровождается обильным кровотечением, необходимо как можно быстрее наложить жгут на кровоточащую конечность. В качестве жгута можно использовать любую веревку, пояс, галстук, все, чем можно перетянуть конечность и остановить кровотечение. Затем нужно наложить повязку непосредственно на рану (желательно стерильную), но если под рукой нет бинтов, их можно заменить любой подходящей тканью. Последнее действие – иммобилизация перелома при помощи шины. Скорее всего, стандартной медицинской шины у вас под рукой не окажется, но ее можно сделать из любой дощечки, плотного картона, палки, ветки и т.д. При наложении шины нужно зафиксировать суставы выше и ниже места перелома.

Если материал для шины не удастся найти, зафиксируйте пострадавшему поломанную конечность, примотав руку к туловищу, а ноги друг к другу.

При переломе плечевой кости шину накладывают по задней поверхности плеча и предплечья до запястья. При этом рука должна быть согнута в плече под прямым углом. Травмированную руку желательно подвесить на косынку или ремень, перекинутый через шею.

Одним из самых распространенных переломов при падении на вытянутую руку является перелом лучевой кости в типичном месте (в лучезапястном суставе). Такой перелом достаточно зафиксировать от ладони до локтя и также подвесить травмированную руку на повязку.

Травмы голеностопного сустава (переломы лодыжек) также характерны для зимнего периода. На месте перелома быстро образуется отек в области лодыжки, ограничена подвижность сустава, выражены болевые ощущения. Поломанными могут быть наружная или внутренняя лодыжки, обе лодыжки сразу или задний край большеберцовой кости. При оказании домедицинской помощи нужно зафиксировать лодыжку с помощью двух шин или подручных материалов, расположив одну по задней поверхности голени, а другую сбоку с наружной стороны ноги, плотно примотав бинтом или другим материалом.

Переломы бедренной кости (шейки бедра) чаще случаются с пожилыми людьми из-за уменьшения плотности костной ткани. Такой перелом может произойти при падении потерпевшего набок и зачастую грозит инвалидностью. Характерными признаками перелома бедренной кости является: резкая боль в области травмы, противоестественно вывернутая наружу конечность, невозможность дальнейшего передвижения. При оказании помощи потерпевшему нужно зафиксировать ногу и туловище от подмышечной впадины и до ступни, используя доску, палку, черенок лопаты, плотно примотав к «шине».

Во всех случаях переломов обязательно необходим осмотр травматологом (хирургом), рентгенологическое обследование и дальнейшее длительное лечение, согласно рекомендациям врачей.

Если несчастный случай произошел с вами где-то в пути, никогда не стесняйтесь обратиться за помощью к окружающим, попросите вызвать скорую помощь, при необходимости оказать вам домедицинскую помощь.

*Отделение исполнительной дирекции Фонда социального страхования от несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний Украины в г.Запорожье.*