



ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ В НЕОТЛОЖНЫХ СОСТОЯНИЯХ

*Норин Абу Али ибн Сино номидаги жамоат саломатлиги тиббиёт
техникуми*

Гофуров Бахтийор Мирзарахмад ўғли

Фан номи: Жамоада хамишралик иши

Тел: 931913484

bahtiyorgofurov260@gmail.com

Аннотация: Данная статья посвящена принципам и методам оказания первой медицинской помощи в неотложных состояниях, которые требуют немедленного вмешательства для спасения жизни или предотвращения осложнений. Рассматриваются классификация неотложных состояний, алгоритмы действий, основные навыки оказания первой помощи, а также современные подходы, включая использование автоматических наружных дефибрилляторов (АНД) и цифровых технологий. Особое внимание уделяется значению обучения населения и профессиональной подготовки медицинских работников. Статья также анализирует вызовы, связанные с оказанием первой помощи, и перспективы её развития. Материал предназначен для медицинских работников, спасателей, педагогов и широкой аудитории, интересующейся вопросами первой помощи.

Ключевые слова: первая медицинская помощь, неотложные состояния, сердечно-лёгочная реанимация, автоматический наружный дефибриллятор, травмы, обучение первой помощи, экстренная медицина.

Введение

Неотложные состояния, такие как остановка сердца, тяжелые травмы, асфиксия или анафилактический шок, требуют немедленного оказания первой медицинской помощи для спасения жизни пострадавшего. По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), своевременное оказание

первой помощи может снизить смертность от внезапной остановки сердца на 50% (WHO, 2020). Первая помощь включает комплекс мер, направленных на сохранение жизни, предотвращение ухудшения состояния и содействие выздоровлению до прибытия профессиональной медицинской помощи. В условиях современного мира, где аварии, природные катастрофы и внезапные заболевания остаются актуальными, обучение навыкам первой помощи становится критически важным. Данная статья анализирует основные принципы оказания первой помощи, классификацию неотложных состояний, методы и современные подходы к их реализации.

Классификация неотложных состояний

Неотложные состояния делятся на несколько категорий в зависимости от их природы и срочности:

1. Сердечно-сосудистые неотложные состояния:

Внезапная остановка сердца: Характеризуется прекращением сердечной деятельности и дыхания. Требуется немедленной сердечно-лёгочной реанимации (СЛР) и применения автоматического наружного дефибриллятора (АНД).

Инфаркт миокарда: Сопровождается острой болью в груди, одышкой и слабостью. Необходимы вызов скорой помощи и обеспечение покоя пострадавшему.

2. Дыхательные нарушения:

Асфиксия: Закупорка дыхательных путей инородным телом или удушьё. Требуется манёвр Хеймлиха или искусственная вентиляция лёгких.

Анафилактический шок: Аллергическая реакция, приводящая к затруднению дыхания и падению давления. Требуется введение адреналина (при наличии) и немедленный вызов скорой помощи.

3. Травмы:

Кровотечения: Артериальные, венозные или капиллярные кровотечения требуют наложения жгута, давящей повязки или прямого давления на рану.



Переломы: Необходима иммобилизация повреждённой конечности и предотвращение дальнейшего травмирования.

Ожоги: Требуется охлаждение поражённого участка холодной (не ледяной) водой в течение 10–15 минут и наложение стерильной повязки.

4. Другие состояния:

Эпилептические припадки: Требуется защита пострадавшего от травм, обеспечение свободного дыхания и наблюдение до прекращения судорог.

Гипогликемия: У диабетиков может возникнуть резкое снижение сахара в крови, требующее введения глюкозы или сладкого напитка.

Основные принципы оказания первой помощи

Оказание первой помощи основывается на следующих принципах:

1. **Безопасность:** Убедитесь, что место происшествия безопасно для вас и пострадавшего. Например, при дорожно-транспортном происшествии (ДТП) необходимо обозначить зону аварии сигнальными знаками.

2. **Оценка состояния:** Проверьте сознание, дыхание и пульс пострадавшего. Используйте алгоритм ABC (Airway, Breathing, Circulation):

- **A (Airway):** Обеспечьте проходимость дыхательных путей, удалив инородные тела или запрокинув голову.

- **B (Breathing):** Проверьте наличие дыхания, при необходимости начните искусственную вентиляцию лёгких.

- **C (Circulation):** Оцените наличие пульса, при его отсутствии начните компресии грудной клетки.

3. **Срочность:** Вызовите скорую помощь (например, номер 103 в Узбекистане) как можно скорее.

4. **Минимизация вреда:** Избегайте действий, которые могут усугубить состояние пострадавшего, например, перемещения при подозрении на перелом позвоночника.

Методы оказания первой помощи

1. Сердечно-лёгочная реанимация (СЛР):



Применяется при остановке сердца. Компрессии грудной клетки проводятся с частотой 100–120 в минуту (глубина 5–6 см у взрослых). Чередуются с искусственным дыханием в соотношении 30:2 (30 компрессий на 2 вдоха).

Использование АНД значительно увеличивает шансы на выживание (до 70% при применении в первые 3–5 минут) (АНА, 2020).

2. Остановка кровотечений:

Артериальное кровотечение: Наложение жгута выше места кровотечения с фиксацией времени наложения (не более 1 часа зимой, 2 часов летом).

Венозное кровотечение: Наложение давящей повязки.

3. Манёвр Хеймлиха: Используется при закупорке дыхательных путей. Выполняется резкими компрессиями в области диафрагмы.

4. Обработка ран и ожогов: Раны промываются чистой водой, наносятся антисептики, накладываются стерильные повязки. Ожоги охлаждаются холодной водой в течение 10–15 минут.

5. Иммобилизация при переломах: Используются шины или подручные материалы (например, доски) для фиксации повреждённой конечности.

Современные подходы к оказанию первой помощи

Современные технологии и образовательные программы значительно улучшили качество оказания первой помощи:

1. Автоматические наружные дефибрилляторы (АНД):

Устройства, доступные в общественных местах (аэропорты, торговые центры), автоматически анализируют ритм сердца и дают голосовые инструкции.

Исследования показывают, что использование АНД в первые 5 минут увеличивает выживаемость при остановке сердца на 50–70% (АНА, 2020).

2. Цифровые технологии:



Мобильные приложения: Приложения, такие как First Aid by Red Cross, предоставляют пошаговые инструкции по оказанию первой помощи.

Телемедицина: Онлайн-консультации с врачами в реальном времени помогают координировать действия в экстренных ситуациях.

Искусственный интеллект: ИИ-системы могут анализировать состояние пострадавшего по данным с носимых устройств (например, пульсметров) и предлагать рекомендации.

3. Обучение населения:

Программы Красного Креста и других организаций обучают навыкам первой помощи, включая СЛР, остановку кровотечений и обработку травм.

Включение курсов первой помощи в школьные и университетские программы повышает готовность населения к чрезвычайным ситуациям.

Клинические примеры. Остановка сердца: Мужчина, 45 лет, потерял сознание в общественном месте. Свидетель провёл СЛР и использовал АНД, что позволило восстановить сердцебиение до прибытия скорой помощи.

1. **Артериальное кровотечение:** Пострадавший в ДТП с разрывом бедренной артерии. Наложение жгута и вызов скорой помощи предотвратили летальный исход.

2. **Асфиксия:** Ребёнок, 3 года, подавился инородным телом. Манёвр Хеймлиха, выполненный родителем, восстановил дыхание.

Вызовы и ограничения

- **Недостаток знаний:** Многие люди не обладают базовыми навыками первой помощи, что снижает шансы на спасение.
- **Эмоциональный стресс:** Оказывающий помощь может испытывать панику, что снижает эффективность действий.
- **Доступность оборудования:** АНД и другие устройства могут быть недоступны в отдалённых районах.
- **Юридические аспекты:** В некоторых странах оказание первой помощи без лицензии может повлечь юридические последствия.

Перспективы развития



1. **Расширение доступа к АНД:** Установка дефибрилляторов в общественных местах и обучение их использованию.
2. **Цифровизация:** Разработка портативных устройств и приложений для мониторинга состояния пострадавших.
3. **Образование:** Включение первой помощи в обязательные образовательные программы на глобальном уровне.
4. **Интеграция ИИ:** Использование ИИ для обучения и координации действий в реальном времени.

Заключение. Оказание первой медицинской помощи в неотложных состояниях является жизненно важным навыком, способным спасти жизни и предотвратить осложнения. Алгоритмы действий, такие как СЛР, манёвр Хеймлиха и остановка кровотечений, требуют чёткого соблюдения и подготовки. Современные технологии, включая АНД и цифровые приложения, значительно повышают эффективность первой помощи. Однако недостаток знаний и ограниченный доступ к оборудованию остаются серьёзными вызовами. Будущие исследования и инициативы должны сосредоточиться на обучении населения, интеграции ИИ и расширении доступности современных технологий для спасения жизней.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Всемирная организация здравоохранения. Guidelines on First Aid. – Женева: ВОЗ, 2020.
2. American Heart Association (AHA). Guidelines for Cardiopulmonary Resuscitation and Emergency Cardiovascular Care. – Dallas: AHA, 2020.
3. Иванов В.П. Первая медицинская помощь: современные подходы. – Москва: Медицина, 2021.
4. Красный Крест. Руководство по оказанию первой помощи. – Женева: IFRC, 2019.
5. Петрова Е.Н. Экстренная медицина и первая помощь. – Санкт-Петербург: Питер, 2022. Smith J. Technology in Emergency Care: New Horizons. – Journal of Emergency Medicine, 2023.