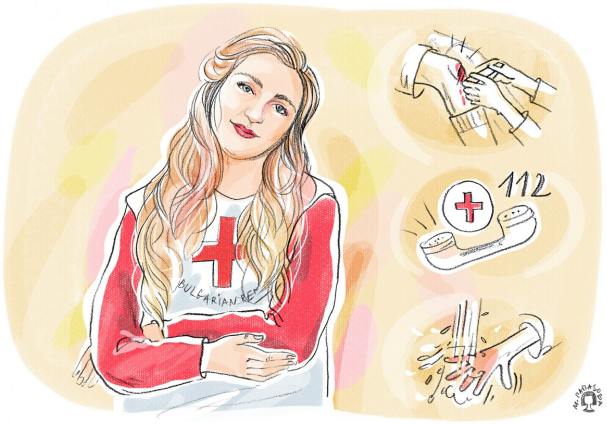
Вижте новините на детски език

Първата помощ спасява живот – виж как и ти можеш да бъдеш полезен

Новини | Спорт и здраве | на 29.08.2022 06:00 | от Антоанета Баева

Защо говорим за това?

Курсове и клубове към Младежкия червен кръст ще те научат как да реагираш при инциденти.



Тези дни чухме лоши новини за инциденти – големи катастрофи и мълния, поразила момиче. И в двата случая на място е имало хора, които са знаели как да окажат първа помощ, и това е било много важно за пострадалите. Често бързата и най-важното, адекватна помощ спасява живот. Да, но не всеки знае как да реагира и не всеки успява да запази самообладание. Затова курсовете по първа помощ са изключително полезно и важно нещо. Преди години такива часове е имало във всяко училище, но днес това става само по инициатива на учител или директор. Все пак децата, които се интересуват, могат да посещават курсовете и клубовете на Младежкия червен кръст.

Разговаряме с Румяна Иванова, която още от 8. клас е част от такъв клуб към Математическата гимназия в София. Днес, въпреки че е само на 18, вече е преподавател в курсовете към Българския червен кръст (БЧК) за деца.

Защо се включи в клуба за първа помощ?
Звучеше ми интересно, мислех да уча медицина. Обичам да помагам и искам да съм сигурна, че ако се случи нещо, ще мога да съм полезна.

Имала ли си случай, в който се е наложило да помогнеш?
След като започнах тези обучения, същото лято стана по-сериозен инцидент, съседът падна на стълбите и си удари главата – това ми показа колко е важно да знаеш какво правиш. В такива моменти всички се паникьосват, а това е фатално, спокойствието е най-важно. Дори да не можеш да направиш нищо, трябва да знаеш какви стъпки да предприемеш и да не правиш опити, които биха влошили нещата. Това, че си отделил например една събота, за да научиш как да действаш, може да спаси живот.

Какво представлява клубът за първа помощ?
Тези клубове са към Младежкия червен кръст, такъв може да се учреди във всяко училище, като в него членуват ученици, навършили 14 години. Всеки може да се запише. Клубът се занимава не само с първа помощ, но и с доброволчество и благотворителни инициативи. Има и състезания по първа помощ в 6. и 9. клас, нашият клуб има две втори места.

Какво представляват курсовете по първа помощ за деца?
Тези курсове са за деца от 6 до 10 години по програмата „Хелфи“ към БЧК. Организират се по инициатива на учители и училища. Минават се различни подходящи теми – навяхвания, фрактури и изгаряния, ужилвания и ухапвания.

Какви са съветите при най-често срещаните по-леки инциденти?
Първата помощ е насочена така, че да се прави с подръчни материали. Например при охлузвания, които най-често се случват на децата – раната трябва да се облее хубаво и продължително с вода, за да се премахнат пясък, камъчета. Подсушава се и се прави покривна превръзка – лепенка, марля с лейкопласт. Друга тема са изгаряниятa – мястото се облива дълго с хладка вода – 10 – 15 минути, не е нужно да е много студено. Махат се гривни, пръстени, защото ръката може да се подуе. Прави се хлабава превръзка с бинт. При ухапване от насекомо жилото се вади с чиста пинцета или с твърда карта, след което мястото се промива и се слага лепенка. Пострадалият се разпитва дали има алергии, защото острата алергична реакция е много опасна.

Какво може да направи едно дете при инцидент?
Първото и най-важното е да запази спокойствие. Веднага да се обади на 112, дори да си мисли, че някой друг е звъннал, защото екипите пристигат бавно. Има правила какво трябва да се каже: къде се намираш, какво се е случило – от това зависи какъв екип ще пратят, колко са пострадалите като бройка, какви са нараняванията, накрая – кой се обажда, – като дойде линейката, да знаят към кого да се обърнат за повече информация. Да не затварят, а да изслушат диспечерите – те могат да дадат съвети какво да се направи като първа помощ.

Дете не може да направи сърдечен масаж на възрастен, защото се изисква сила. Но все пак е добре да знае какво представлява, защото всяка минута, в която човек не получава сърдечен масаж, намалява с 10% шанса за оцеляване, на 10-ата минута вече има сериозни щети. Той има две части – сърдечен масаж и вдухвания, на 30 притискания се правят две вдухвания. Самите притискания се правят в средата на гръдния кош, в една точка, където се събират ключиците и свършват ребрата, поставят се ръцете една върху друга, с прави лакти. Вдухванията стават през марля, парче плат, като главата на човека е отведена назад. В курсовете на БЧК има манекени, които се ползват за практика – без да си опитал, е трудно да го направиш.

Кои са често срещаните грешки при първа помощ?
Не е правилно при загуба на съзнание и гълтане на език да се правят опити да се извади. Достатъчно е да се хване и избута назад

и нагоре брадичката, с другата ръка се придържа челото и така главата да се отведе назад, за да се освободят дихателните пътища. Най-добре е човекът да се постави легнал настрани. Много просто и ефективно решение, но повечето хора не го знаят.

Друга грешка е при изгаряне да се пукат мехурите – с една игла мястото може да се възпали. Тялото така се опитва да предпази и изолира нараненатa част.

Как се чувстваш като човек, който може да е полезен в нужда?
Спокойна и уверена. Винаги съм искала да помагам.

Въпросника към тази статия можеш да решиш онлайн на:
/book/2416-parvata-pomosht-spasyava-zhivot-vizh-kak-mozhesh-da-badesh-polezen

Сканирай този QR-код и влез директно във въпросника ->

©"Вижте" е издание на Фондация Гутенберг 3.0. Всички права са запазени