

## ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ТРАВМАХ

*Нуъмонов Рустамжон Мадаминович*

*Техникум Асаке общественного здравоохранения  
имени Абу Али ибн Сины*

**Аннотация:** Первая помощь при травмах – необходимый навык для каждого. В жизни могут случиться неожиданные ситуации, несчастные случаи или случайные травмы. В таких случаях оказание первой помощи очень важно для жизни и здоровья пострадавшего. В процессе оказания первой помощи необходимо оценить состояние пострадавшего, принять необходимые меры и обратиться за медицинской помощью.

**Ключевые слова:** первая помощь, пострадавший, травмы, переломы, инфекции, антисептики.

В процессе оказания первой помощи необходимо предварительно оценить состояние пострадавшего. Эта оценка помогает определить тип травмы. Важно проверить дыхание, пульс и сознание пострадавшего. Если пострадавший не дышит или остановилось сердце, следует немедленно принять реанимационные меры. Искусственное дыхание и массаж сердца — основные меры, необходимые для спасения жизни. Травмы случаются по разным причинам. Наиболее распространенными травмами являются порезы, царапины, переломы костей и ушибы. В случае порезов и зуда необходимо уделять внимание очистке раны и предотвращению инфекций.[1]

Чтобы очистить рану, необходимо промыть ее теплой водой с мылом, а затем обработать антисептическими средствами. Если рана глубокая, ее следует накрыть стерильной повязкой или пластырем для правильного закрытия. При переломах костей важно не двигать травмированную область. При переломе кости необходимо обездвижить травмированный участок. Для этого необходимо прикрыть сломанную кость повязкой или другими материалами. Также необходимо доставить пострадавшего в больницу, поскольку лечение сломанной кости требует медицинской помощи.[2]

При травмах порядок оказания первой помощи варьируется в зависимости от тяжести и места травмы. Если поверхность раны открытая, ее следует очистить и обработать антисептическими средствами. Если травма затронула внутренние органы, важно избегать перемещения пострадавшего и быстро вызвать медицинскую помощь. Тяжесть и расположение травмы могут представлять угрозу для жизни пострадавшего, поэтому лица, оказывающие первую помощь, всегда должны проявлять осторожность. При оказании первой

помощи необходимо учитывать психическое состояние пострадавшего. В случае травмы человек может находиться в состоянии психического напряжения и страха. Поэтому лицу, оказывающему первую помощь, следует постараться успокоить и поддержать пострадавшего. В процессе помощи пострадавшему важную роль в улучшении его психического состояния играют теплые слова и слова утешения. [3]

В процессе оказания первой помощи необходимо оказать помощь семье или родственникам пострадавшего. Родственники пострадавшего часто могут находиться в состоянии стресса в случае травмы. Важно их успокоить, оказать поддержку и помощь, при необходимости вызвать медицинскую помощь. Родственники пострадавшего играют важную роль в улучшении состояния пострадавшего и восстановлении его психического состояния. При транспортировке в больницу очень важно оценить состояние пострадавшего и оказать необходимую медицинскую помощь для спасения жизни. В процессе оказания первой помощи можно оценить состояние пострадавшего и оказать необходимую медицинскую помощь, принять необходимые меры для спасения жизни.[4]

Первая помощь при переломе кости очень важна для облегчения состояния пострадавшего и спасения его жизни. Переломы костей часто возникают в результате сильного удара, падения или другого несчастного случая. В этом случае, прежде всего, необходимо оценить поврежденный участок и принять соответствующие меры. При оказании первой помощи важно сначала успокоить пострадавшего. Резорбция кости может быть болезненным и стрессовым процессом, поэтому следует приложить усилия для улучшения эмоционального состояния пострадавшего. Пострадавшего следует уложить в удобное положение и не перемещать, так как движения могут усилить боль. Если сломанная кость видна, ее нельзя двигать. В случае резорбции кости большое значение имеет иммобилизация травмированного участка. Для этого необходимо прикрыть поврежденное место с помощью бинта или других материалов. Если у вас нет вспомогательных материалов, можно обернуть поврежденное место любым мягким материалом. Это ограничивает движение кости и уменьшает боль. Также может быть полезна обработка холодом пораженного участка. Прикладывание холодного компресса или пакета со льдом к пораженному участку может помочь уменьшить отек и облегчить боль. Однако лед не следует прикладывать непосредственно к коже, а следует прикладывать через сетку или ткань. При оказании первой помощи необходимо постоянно следить за состоянием пострадавшего. Если у пострадавшего усилились боли или ухудшилось его состояние, необходимо немедленно вызвать медицинскую помощь. Резорбция кости часто может привести к осложнениям, поэтому важно

обратиться за профессиональной медицинской помощью. При оказании первой помощи при переломе кости важно не перемещать пострадавшего и принять необходимые меры. Правильная первая помощь при резорбции кости позволяет облегчить состояние пострадавшего и спасти ему жизнь. Каждому важно знать, как оказать помощь при резорбции кости, ведь это имеет большое значение в жизненных ситуациях.[5]

#### **Заключение:**

Первая помощь при травмах – важный процесс в жизни каждого человека. В случае травм оказание правильной первой помощи может спасти жизнь пострадавшего или облегчить его состояние. Поэтому каждому необходимо знать основы оказания первой помощи и быть готовым применять ее на практике. Это важно не только для пострадавшего, но и для его близких и окружающих. Жизнь и здоровье человека всегда должны быть на первом месте.

#### **Использованная литература:**

1. Абдурахманов А. (2020). «Первая помощь: теория и практика». Ташкент: Министерство здравоохранения Республики Узбекистан.
2. Мирзаев Б. (2018). «Травмы и первая помощь». Самарканд: Самаркандский государственный медицинский институт.
3. Исраилов Д. (2021). «Первая помощь: Практическое руководство». Ташкент: Медицинская академия Узбекистана.
4. Кадыров С. (2019). «Первая помощь при травмах и их лечение». Бухара: Бухарский государственный университет.
5. Рахмонов М. (2022). «Оказание медицинской помощи: теоретические и практические аспекты». Андижан: Андижанский медицинский институт.
6. Tursunov, E. (2023). "Birinchi yordam ko'rsatish: asosiy tamoyillar". Farg'ona: Farg'ona davlat universiteti.
7. Xudoyberdiyev, R. (2020). "Shikastlanishlar va ularni birinchi yordam bilan davolash". Qarshi: Qarshi davlat universiteti.