

Юный исследователь, помни и соблюдай правила безопасности:

1. Перед выходом на маршрут надень одежду и обувь, не стесняющую движений и соответствующую сезону и погоде. В жаркие солнечные дни надень светлый головной убор.
2. Обязательно на маршруте должна быть аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами.
3. После выполнения полевых работ необходимо принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.
4. Необходимо помнить о клещевой опасности: (брюки надо заправить в сапоги или носки, рубашку заправить в брюки).
5. Во время перехода двигаться надо по левой обочине, на проезжую часть не заходить.
6. Будь **ОСТОРОЖЕН** с огнем!!!

Оказание первой медицинской помощи в полевых условиях

1. При кровотечении необходимо наложить давящую повязку. Если кровотечение сильное, нужно наложить кровоостанавливающий жгут выше места кровотечения, поверх одежды, либо подложив под жгут материю. При отсутствии жгута можно использовать поясной ремень, веревку, кусок плотной ткани.

2. При ушибе, необходимо создать покой поврежденному органу, предать этой области тела возвышенное положение, на место ушиба положить холод (бутылку с холодной водой, либо полотенце, смоченное в холодной воде); при растяжении связок, кроме перечисленных мер, необходима еще тугая фиксирующая повязка.

3. Первая помощь при вывихе заключается в проведении мероприятий, направленных на уменьшении боли: холод на область поврежденного сустава, применение обезболивающих средств, иммобилизация (создание неподвижности) конечности в том положении, которое она приняла после травмы. При переломе, если есть кровотечение, то его надо остановить, затем наложить шину. Если перелом закрытый, то сразу накладываем шину (можно использовать подручные предметы – палки, дощечки, прутья и т.д.). При наложении шины нужно соблюдать следующие правила: она должна хорошо иммобилизовать два сопутствующих сустава; должна быть надежно закреплена и хорошо зафиксирована, должна предварительно быть обложена тканью или ватой.

4. При тепловом и солнечном ударах, пострадавшего переносят в тень, укладывают приподнимая голову, охлаждают голову и область сердца (обливание водой, прикладывание

холодных компрессов). Пострадавшего необходимо поить прохладными напитками.

5. Для оказания первой помощи при ожогах на поверхность накладывают асептическую повязку. Если на ожог прилипла одежда, ее лучше не отрывать, а обрезать вокруг раны.

6. При укусах насекомых, змей, животных не надо стремиться немедленно остановить кровотечение, так как оно способствует удалению слюны или яда из раны. Необходимо несколько раз широко обработать кожу вокруг укуса дезинфицирующим раствором (спиртовой раствор йода, раствор перманганата калия, винный спирт и др.), а затем наложить асептическую повязку и доставить пострадавшего в лечебное учреждение.