

ТЕМА 4.2. ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ ПРИ ОТРАВЛЕНИЯХ

1. ОТРАВЛЕНИЯ

Отравление - интоксикация организма, вызванная действием веществ, поступающих в него извне.

Отравляющие вещества могут поступать в организм различным путем. Существуют разные классификации отравлений. *Так, например, можно классифицировать отравления по условиям попадания отравляющих веществ в организм:*

- - во время приема пищи;
- - через дыхательные пути;
- - через кожу;
- - при укусе животного, насекомого, змеи и т.д.;
- - через слизистые оболочки.

Можно классифицировать отравления по виду отравлений:

- - пищевые отравления;
- - лекарственные отравления;
- - алкогольные отравления;
- - отравления химическими веществами;
- - отравления газами;
- - отравления, обусловленные укусами насекомых, змей, животных.

Задача первой помощи состоит в предупреждении дальнейшего воздействия яда, в ускорении выведения его из организма, в обезвреживании остатков яда и в поддержке деятельности пораженных органов и систем организма. Для решения этой задачи необходимо: позаботиться о себе, чтобы не отравиться, иначе помощь понадобится самому, а пострадавшему будет некому помочь.

1. Проверить реакцию, дыхательные пути, дыхание и циркуляцию крови пострадавшего, в случае необходимости принять соответствующие меры.
2. Вызвать скорую помощь.
3. По возможности установить тип яда. Если пострадавший в сознании, спросить у него о случившемся. Если без сознания - постараться найти свидетелей происшедшего, либо упаковку от отравляющих веществ или какие-то другие признаки.

2. Что такое пищевое отравление?

Пищевое отравление – это желудочно-кишечное заболевание, вызванное употреблением в пищу продуктов, зараженных бактериями или другими микроорганизмами.

Есть в основном **2 типа пищевых отравлений**: пищевая интоксикация и пищевая инфекция. В случае пищевой интоксикации токсин уже находится в пище. Напротив, инфекция пищевого происхождения возникает, когда микроорганизмы попадают в организм при употреблении пищи, а затем либо производят токсины, либо сами вызывают инфекцию.

Если токсины уже находятся в пище, симптомы обычно проявляются раньше, чем когда микроорганизмы впервые начинают производить токсины внутри организма или вызывают инфекцию.

Признаки пищевого отравления

- тошнота;
- рвота;
- диарея;
- повышенная температура тела;
- боль в области живота;
- головная боль;
- вздутие (метеоризм);
- изжога.

Алгоритм оказания первой помощи при пищевом отравлении

Когда у человека рвота или диарея, тело теряет не только воду, но и важные электролиты, такие как натрий и калий. Поэтому важно употреблять напитки, в которые входят питательные вещества. Прозрачные жидкости, особенно с солью и небольшим количеством сахара, лучше всего пить во время пищевого отравления.

Оказание первой помощи при пищевом отравлении: предотвращение обезвоживания

Советы по предотвращению обезвоживания:

- Пейте жидкости для пероральной регидратации: сюда входят напитки, специально разработанные для поддержания водного баланса. Многие люди сначала тянутся к спортивным напиткам, но они менее эффективны и безопасны. В них часто слишком много сахара и слишком мало электролитов. А жидкости с большим количеством сахара могут усугубить диарею.
- Употребляйте бульон, так как он содержит много соли и мало сахара. Так что это отличный вариант, чтобы помочь избежать обезвоживания.
- Пейте сок, разбавленный водой. Разбавление сока водой может улучшить его вкус и снять некоторые симптомы отравления пищей. Обязательно пейте прозрачные соки, например, яблочный или клюквенный. Соки с мякотью труднее усваиваются.
- Ешьте фруктовое мороженое – это еще один отличный способ наполнить организм жидкостью, особенно для детей.

Правильный выбор жидкости – это только полдела. Нужно следовать и другим советам:

- Чаще пейте маленькими глотками. Делайте несколько глотков каждые 20-30 минут. Маленькие глотки не будут нагружать желудок. Избегайте соблазна делать большие глотки между приступами тошноты.
- Продолжайте пить, даже если вас рвет. После рвоты вы можете подумать, что питье жидкости – безнадежное дело, но это не так.
- Попробуйте разные жидкости. Вы можете действительно предпочесть один напиток другому. Но попробуйте чередовать различные соки или бульоны, чтобы помочь вашему телу получить хорошую смесь электролитов.

Какая первая помощь пострадавшему при пищевом отравлении?

Уделите внимание питанию. Лучше не есть твердую пищу, пока вы не сможете пить прозрачные жидкости без рвоты в течение как минимум 6 часов. Как только вы достигнете этого уровня, начните с мягких продуктов с низким содержанием клетчатки. Они, как правило, легче перевариваются, особенно когда кишечник не работает, как надо.

Включите в рацион:

- простые хлебцы или крекеры;
- бананы;
- обычный картофель или рис;
- творог;
- гречку.

Пищевое отравление симптомы и первая медикаментозная помощь

Облегчить состояние можно с помощью лекарств, отпускаемых без рецепта врача:

1. “Лоперамид” (замедляет работу кишечника).
2. “Улькавис” (висмут помогает при тошноте и диарее).
3. “Меклизин” или “Драмамин” (снимает легкую тошноту).
4. “Ибупрофен” (снижает температуру тела).
5. Пробиотики и энтеросорбенты.

Когда нужно вызвать врача?

- Если рвота не прекращается в течение более чем 6 часов.
- Если температура тела увеличилась до 38-39°C и продолжает расти.
- Если в стуле была обнаружена кровь.
- Если человек ощущает сильные боли и колики в животе.
- Если в рвоте обнаружена кровь.
- Если диарея не прекращается более суток.

Как оказать первую помощь другому человеку при пищевом отравлении?

1. Организуйте место для отдыха больного.
2. Купите чистой воды, медикаменты.
3. Отслеживайте температуру тела больного.
4. Приготовьте теплое питье, например, бульон.
5. Когда человеку станет легче, приготовьте легкую и мягкую пищу.
6. Вызовите скорую, если увидите, что больному становится хуже.

После сильного отравления стоит посетить гастроэнтеролога. Врач соберет анамнез, назначит ряд лабораторных исследований и лечение. Возможно, понадобится просто профилактическая терапия.