

Як діяти в разі опіку

Опіки розрізняють за ступенем тяжкості: I — почервоніння шкіри, II — утворення пухирів та/або сходження епідермісу (верхнього шару шкіри), III — ураження всієї товщі шкіри, IV — обвуглення, загибель шкіри й ураження тканин під нею. У побуті найчастіше трапляються опіки I та II ступенів.

Термічні опіки спричиняє дія високої температури. Незалежно від того, що саме спричинило опік — гарячі вода, метал, олія, або вогонь, — алгоритм допомоги один і той самий:



Спершу потрібно усунути фактор опіку: зняти одяг, на який потрапило гаряче. Якщо одяг приклеївся, відривати його самостійно не можна! У цьому разі доведеться обрізати одяг навколо опіку.



Якнайшвидше охолоди місце опіку за допомогою чистої холодної (але не крижаної!) проточної води протягом 10–15 хвилин. Температура води має бути 12–18 °C. Спрямовуй струмінь не безпосередньо на рану (це може посилити біль), а на здорову шкіру — так, щоб вода стікала місцем опіку.

Якщо проточна вода недоступна, занур ушкоджене місце в посудину з холодною водою або приклади холодний компрес із чистої тканини, змоченої у воді.

Чому охолодження — найважливіша перша допомога при опіку? Шкіра в місці опіку ще деякий час утримує високу температуру, яка продовжує вражати глибші тканини. Охолодивши опікову рану, ти мінімізуєш наслідки. Холод також має знеболювальну дію.



Нетуго загорни місце опіку — для цього використовуй чисту **вологу неворсисту тканину** або бинт. Вони не повинні натирати і тиснути, особливо якщо є пухирі..



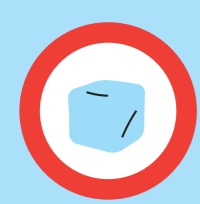
Можна прийняти знеболювальні препарати, наприклад, парацетамол чи ібупрофен, які використовують для полегшення болю будь-якого типу та інтенсивності.



Пам'ятай! Викликати лікаря потрібно відразу, якщо розмір опіку більше за долоню підлітка або дорослої людини!

Чого робити не можна?

Потрібно добре запам'ятати, що в жодному разі робити не можна, якщо стався опік. Ніколи:



не прикладай до опіку лід: на ураженій шкірі це може швидко спричинити ще й обмороження;



не нанось на місце опіку жирні речовини та харчові продукти (креми, олії, кефір, яйця тощо): жир зберігає тепло в шкірі й поглиблює опік, а харчові продукти можуть сприяти інфікуванню рани;



не змащуй опік спиртом, йодом, сечею, зубною пастою тощо;



не присипай опік порошкоподібними речовинами (крохмалем, борошном, стрептоцидом тощо);



не прикладай до опіку вату, не наклеюй пластир;



не проколюй пухирі: це може спричинити інфікування;



не торкайся руками опікової рани.

Порізи і подряпини: перша допомога



Промий рану водою з милом. Якщо до рани потрапив бруд, спочатку змий його струменем води, а вже потім намилюй. Ретельно змий мило.



Зупини кровотечу, притиснувши до ранки на кілька хвилин тампон, зроблений із чистого перев'язувального матеріалу.



Оброби рану засобом для дезінфекції.



Закрий рану бактерицидним пластирем.

Зверни увагу! Якщо ти наступив/-ла на іржавий залізний предмет, поранився/поранилася об нього або до рани потрапив бруд, то негайно скажи про це дорослим. Вони мають переконатися, що в тебе є щеплення від правця і гепатиту Б. Якщо ж їх немає, потрібно терміново зробити щеплення від цих хвороб або подбати про введення сироватки!

Серйозні порізи і рани



Затисни рану тампоном, зробленим із чистого перев'язувального матеріалу. Якщо кровотеча сильна, підними уражену ділянку вище рівня грудей. Підтримуй тиск на рану, поки кровотеча не припиниться.



Якщо уламок скла або інший крупний предмет застряг у рані, не виймай його самостійно. Він може запобігати сильнішій кровотечі, тож його видалення завдасть ще більшої шкоди. В такому разі натискай на прилеглі до рани ділянки шкіри.



Негайно звернися по медичну допомогу.