

## Как оказать первую доврачебную помощь при утоплении?

При утоплении происходит заполнение дыхательных путей жидкостью — водой или жидкими массами в виде ила, грязи. При утоплении после заполнения дыхательных путей жидкостью происходит нарушение поступления кислорода в организм человека, развивается гипоксия, приводящая к смерти. Характер оказания первой доврачебной помощи пострадавшему при утоплении зависит от тяжести его состояния:

1) если сознание отсутствует, но имеются признаки дыхания и пульса, пострадавшему дают понюхать нашатырный спирт или слегка натирают им виски, одновременно освобождают грудную клетку от стесняющей одежды;

2) для активизации дыхания необходимо интенсивно разводить руки пострадавшего из стороны в сторону, прижимать к грудной клетке, поднимать их вверх в режиме вдох-выдох;

3) при отсутствии дыхания и сердечной деятельности срочно осуществляют следующие действия: удаляют жидкость из дыхательных путей — с этой целью оказывающий помощь кладет пострадавшего животом на свое согнутое колено: при таком положении голова пострадавшего свешивается вниз и вода изливается из верхних дыхательных путей и желудка. Затем после удаления воды, рвотных масс, песка или ила из ротовой полости в быстром темпе делают искусственное дыхание, при этом пострадавший находится в положении лежа на спине с запрокинутой головой.

Самыми эффективными методами искусственного дыхания считаются приемы дыхания “рот в рот” и “рот в нос”, которые лучше проводить через марлю или другую тонкую ткань, при этом во время вдвухания воздуха в рот нос пострадавшего зажимают, а при вдвухании в нос его рот должен быть закрыт. Если язык запал, то немного выдвигают вперед нижнюю челюсть и надавливают на нее чуть ниже мочек уха. Вдвухание воздуха проводят ритмично, 20—30 раз в минуту. При вдыхе (вдвухании) грудная клетка пострадавшего приподнимается и расправляется, выдох происходит сам по себе, грудная клетка спадает. Как правило, искусственное дыхание проводят в течение 10 мин. Если сердцебиение у пострадавшего отсутствует (нет пульса, зрачки расширены, мертвенная бледность), то наряду с искусственной вентиляцией легких делают массаж сердца. Пострадавшего при этом, кладут на что-нибудь твердое и затем надавливают двумя руками на грудину со скоростью 50—70 раз в минуту. Грудина должна прогибаться примерно на 1,5—2 пальца взрослого человека (1,5—3,5 см). Появление пульса, порозовение кожи больного являются благоприятными признаками. Все пострадавшие от утопления и перенесшие остановку сердца или дыхания независимо от степени восстановления дыхания и сердечной деятельности должны после оказания первой доврачебной помощи срочно доставляться в медицинское учреждение для получения квалифицированной помощи и устранения возможных осложнений. В частности, при остановке сердца (кратковременной) обогащенная кислородом кровь больше не попадает в жизненно важные органы и возникает риск необратимого повреждения мозга, которое может наступить уже через 5—7 мин. Признаки остановки сердца у пострадавшего в результате утопления: потере сознания, бледность, отсутствие

пульса на сонных артериях, отсутствие дыхания, полное расслабление всех мышц, из-за чего в некоторых случаях в момент остановки сердца возможно непроизвольное мочеиспускание и выделение кала.

Самый сложный вариант утопления — это наличие у пострадавшего травмы головы при прыжках в воду (нырянии на глубину). Как показывает медицинская статистика, травма головы может нанести организму человека гораздо больший вред, чем перелом, ушиб или сдавливание другой части тела, причем повреждения мозга часто связаны с травмами позвоночника, поэтому при извлечении из воды пострадавшего от утопления необходим тщательный осмотр головы и позвоночника. Также необходимо учесть возможные травмы головы и позвоночника при проведении операции по удалению воды (жидкости) из организма человека (при оказании первой доврачебной помощи пострадавшему от утопления). В случае повреждения спинного мозга и нервов в результате неудачного ныряния в воду могут наблюдаться следующие явления: потеря чувствительности или двигательной функции, паралич (эти факторы и приводят к утоплению).