

## Перша допомога при вивихах та переломах

З настанням зими "вуличний" травматизм сезонно зростає більш ніж в два рази, тому важливо знати, як надати першу допомогу при різноманітних видах травм.

**Вивих** – повне або часткове зміщення кінців кісток, складових суглобу, що супроводжується розривом суглобової капсули.

### **Ознаки вивиху:**

- деформація в області суглоба, біль;
- розходження в довжині між здоровою і пошкодженою кінцівками;
- порушення рухливості кінцівки;

### **Перша допомога:**

- знеболити з метою профілактики шоку;
  - надати кінцівці найбільш зручне положення, зафіксувати пошкоджений суглоб (накласти шину, тугу пов'язку);
  - спостерігати за станом кровообігу в пошкодженій кінцівці (визначити пульс нижче вивиху), якщо виявлено ознаки його порушення, то змінити положення кінцівки.
- 

**Перелом** – порушення цілісності кістки, що виникає під впливом травми або внаслідок хворобливих змін кістки.

Переломи бувають закриті, при яких цілісність шкірних покривів не порушена, і відкриті, коли перелом супроводжується пораненням м'яких тканин, що становить небезпеку виникнення кровотечі та занесення інфекції.

### **Ознаки перелому:**

- біль і різка болючість при доторканні безпосередньо в області перелому;
- деформація кінцівки;
- ненормальна (патологічна) рухливість в області, де немає суглоба;
- крепітація (хруст) на місці перелому при легкому русі пошкодженої кінцівки.

### **Правила надання першої медичної допомоги при переломах:**

- оглянути місце перелому (одяг, взуття при цьому розрізають);
  - зупинити кровотечу і накласти на рану асептичну пов'язку (при відкритому переломі);
  - для зменшення больових відчуттів і попередження шоку ввести знеболююче (анальгін, баралгін);
  - надати пошкодженій кінцівці зручне положення і накласти іммобілізуючу (фіксує) пов'язку.
- 

**Пам'ятайте, краща профілактика зимових травм – це обережність і обачність!**