

Спасать жизнь – по правилам

Эксклюзивный репортаж из Координационно-методического центра по первой помощи Свердловского областного медколледжа

Татьяна БУРОВА

Все большую популярность у свердловчан набирает обучение приемам оказания первой помощи. Люди разных возрастов и профессий осознают, что их грамотные действия в случае аварии, несчастного случая, внезапного приступа болезни дают пострадавшему шанс продержаться до прибытия медиков и выжить. Спрос, как известно, рождает предложение: недостатка в рекламе курсов первой помощи нет. Но как сориентироваться и сделать правильный выбор? Об этом – в материале «ОГ».

«НИКАКОЙ ДИСТАНЦИОНКИ»

Этот старинный дом из красного кирпича на улице Крылова в Екатеринбурге хорошо известен всем неравнодушным людям: здесь размещаются Ресурсный центр по поддержке добровольчества Свердловской области, региональное отделение Российского Красного Креста, штаб Всероссийского студенческого корпуса спасателей, а также учебная база Координационно-методического центра по первой помощи Свердловского областного медицинского колледжа, куда журналисты «ОГ» и отправились.

Здесь с 18 часов начали стекаться после своей основной работы молодые мужчины и женщины – участники очередной учебной группы. Большинство из них прибыли на мотоциклах, в помещении зашли со шлемами в руках. Это члены сообщества «Мотоджимхана Екатеринбург ТЕАМ». Их увлечение – скоростное маневрирование среди искусственных препятствий – сопряжено с риском и требует готовности оказать помощь товарищам.

Мы регулярно проводим тренировки, участвуем в соревнованиях, и одно из обязательных мероприятий перед началом сезона – тренинг по оказанию первой помощи, – рассказывает организатор сообщества «Мотоджимхана Екатеринбург ТЕАМ» **Дмитрий Бердников**. – Но мы поняли, что этого мало, и решили пройти полноценное обучение.

Из множества предложений Координационно-методический центр по первой помощи выбрали неслучайно. По словам Дмитрия, во-первых, они уже приглашали инструкторов центра для проведения мастер-класса и убедились в их квалификации, во-вторых, здесь предлагают практические занятия, а не онлайн-обучение с помощью видео.

– Дистанционно научиться оказывать первую помощь



Виталий Рыбьяков (справа) учит мотоциклистов правильно накладывать жгут

в принципе невозможно, – говорит руководитель координационно-методического центра СОМК **Ольга Немчинова**. – Сможете ли вы правильно наложить жгут или определить остановку сердца и запустить его, если много раз не тренировались на манекенах? Нет, конечно. И те, кто обещает за двухчасовое видеозанятие научить останавливать массивное кровотечение, реанимировать пострадавшего, преследуют лишь одну цель – заработать деньги.

В ПОЛЬЗУ ПРОФИ

Чтобы понять, при каких обстоятельствах оказывается первая помощь, что можно и что нельзя делать при оказании помощи пострадавшему, усвоить порядок действий и закрепить практические навыки, требуется не менее 8 часов упорных тренировок, а оптимально – 16 часов. За это время человек научится действовать, что называется, на автомате, не растеряется при виде крови, переломов, сможет привлечь очевидцев к оказанию помощи и оказать психологическую поддержку пострадавшему.

Многое зависит и от инструкторов. Дилетанты, нахватившиеся знаний по видеороликам, вряд ли смогут обучить качественно, а хуже того, сделают это с ошибками. В координационном центре по первой помощи областного медколледжа обучение ведут профессионалы. У них у всех медицинское образование, солидный стаж работы в практическом здравоохранении, огромный опыт участия в различных ЧС.

С группой мотоциклистов занятия вместе с Ольгой Немчиновой в течение нескольких вечеров вели дублер главного внештатного специалиста по первой помощи минздрава Свердловской области, коорди-

натор регионального отделения Российского Красного Креста по реагированию на чрезвычайные ситуации **Виталий Рыбьяков** и инструктор Всероссийского студенческого корпуса спасателей по программе первая помощь **Даниил Шестаков**.

Ольга Немчинова сразу предупредила собравшихся, что вести во время занятий записи смысла нет. Если придется оказывать первую помощь, этих шпаргалок под рукой не окажется и не будет возможности искать информацию в телефоне. Потому что действовать нужно быстро. Первая помощь – это та, которая оказывается в первые 5-10 минут.

– На занятия советую приходить в одежде, которую не жалко испачкать, – добавил Даниил Шестаков. – У нас обучение максимально приближено к реальным условиям: из ран будет вытекать искусственная кровь, вам придется опускаться на колени, переворачивать и перемещать условных пострадавших. В общем, придется потрудиться и попотеть.

БЕЗ ПРАВА НА ОШИБКУ

Практической части занятий предшествовала теоретическая. Слушателям рассказали, какими нормативными документами регулируется оказание первой помощи, кто по закону обязан оказать первую помощь: это полицейские, пожарные, спасатели, водители, ставшие участниками ДТП, и другие. Очевидцы происшествия делать это не обязаны, но имеют право. Многие из тех, кто имеет право, не пользуются им из боязни навредить пострадавшему. А зря. Закон будет на вашей стороне, если действовать в рамках универсального алгоритма оказания первой помощи, ведь главное – спасти человека.

– Страшен не тот человек, который не умеет оказывать первую помощь, а тот, кто равнодушно проходит мимо, – говорит Ольга Немчинова. – Даже если вы вызовете скорую и просто останетесь рядом с пострадавшим до ее приезда, оказывая психологическую поддержку и держа за руку, вы уже ему поможете. Кстати, не все слова можно использовать при общении с пострадавшим! Есть так называемые СТОП-фразы («все будет хорошо», «ничего страшного, не плачь / не переживай/успокойся»). Их лучше заменить на: «Я буду рядом...», «Мне тоже страшно, но вместе справимся...», «Помощь уже близко...».

Разобрали на лекции и типичные ошибки, которые допускают люди, насмотревшись, как герои телесериалов оказывают первую помощь. Разбор опасных ошибок при оказании первой помощи подробно провели, чтобы ликвидировать безграмотность и заблуждения, которые тиражируют киношники и безответственные организаторы курсов первой помощи.

– Координационно-методический центр был создан в конце прошлого года, так как к тому времени назрела необходимость обеспечить взаимодействие с общественными и добровольческими организациями и внедрить единые программы обучения, разработанные Российским обществом первой помощи, – говорит Ольга Немчинова. – У нас имеется 12 филиалов в управленческих округах региона, которые объединяют общественников и добровольцев, через них мы и действуем.

Только в этом году общими силами инструкторов проведено около 300 мастер-классов, количество участников составило порядка 12 тысяч человек. Полноценное обучение прошли 32 преподавателя, которые смогут учить первой помощи других.

ОШИБКИ ПРИ ОКАЗАНИИ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ



Суют таблетки из собственной аптечки.

Делать этого не следует: вдруг у человека аллергия на данный препарат. Лучше, если это будет лекарство самого пострадавшего – хронические больные носят их с собой.



Кидаются определять пульс.

Ищут его, как заметила Ольга Немчинова, почему-то за ухом – там, где его нет, так как сонная артерия в другом месте находится. По правилам оказания первой помощи не тратят время на поиск пульса, если этого навыка нет, а определяют наличие сознания и дыхания.



Проверяют, есть ли дыхание, с помощью зеркала или травинки.

Как объяснил **Виталий Рыбьяков**, это киношная выдумка. Зеркальца под рукой может не быть, а травинка может шевелиться от ветра. Поэтому нужно наклониться как можно ближе к лицу потерпевшего, и ваше ухо услышит, щека ощутит самое слабое и редкое дыхание, а глаза заметят, поднимается грудная клетка или нет.



Делают непрямой массаж сердца, не проверив сознание, дышит человек или нет.

Если человек дышит, значит сердце работает и реанимационные действия могут нарушить имеющийся сердечный ритм.



Оставляют потерявшего сознание человека лежать на спине.

Этого делать нельзя, так как пострадавший может задохнуться или захлебнуться рвотными массами. Нужно придать ему устойчивое боковое положение. Умеючи это легко сделать, даже если он вдвое тяжелее вас.

