

# Содержание

<b>Введение</b> .....	10
Принципы построения книги .....	10
Тренируйте меры и приемы по оказанию первой помощи .....	12
Собственная паника .....	12
Испуг и боль у детей .....	13
Кто поможет в экстренной ситуации .....	16
<b>1 Меры по спасению жизни (первая доврачебная помощь)</b> .....	22
Потеря сознания .....	24
Искусственное дыхание .....	34
Реанимация .....	38
<b>2 Проблемы с дыханием</b> .....	45
Дыхание и кислород: что происходит в нашем организме? .....	47
Нарушения дыхания. Обзор .....	49
<b>3 Термические поражения</b> .....	75
Солнечные ожоги .....	77
Солнечный удар .....	82
Тепловые повреждения .....	86
Переохлаждение .....	88
<b>4 Травмы у детей</b> .....	93
Первый испуг после несчастного случая .....	95
Осмотр пострадавшего ребенка .....	96
Поэтапный осмотр пострадавшего .....	96
Перевозка службой скорой медицинской помощи .....	99

Переломы костей, которые часто остаются незамеченными . . . . .	99
Ушибы, растяжения, вывихи и прочее. . . . .	101
Общие меры оказания первой помощи при травмах . . .	104
Травмы органов брюшной полости . . . . .	105
Травмы головы. . . . .	107
Поражения электрическим током . . . . .	115
Утопление . . . . .	119
<b>5 Кровотечения и раны . . . . .</b>	<b>121</b>
Остановка кровотечений . . . . .	123
Кровотечение из носа . . . . .	131
Повреждения в ротовой полости . . . . .	133
Обработка ран . . . . .	134
Природные средства для заживления ран . . . . .	148
<b>6 Шок . . . . .</b>	<b>152</b>
Что происходит в организме при шоке . . . . .	154
Первая помощь при шоке . . . . .	157
Другие формы шока . . . . .	158
Как различить шок, обморок и потерю сознания. . . . .	161
<b>7 Ожоги . . . . .</b>	<b>163</b>
Последствия и опасности. . . . .	165
Природные средства при ожогах первой и второй степени. . . . .	168
Действия при ожогах третьей степени . . . . .	170
<b>8 Отравления . . . . .</b>	<b>172</b>
Как распознать отравление. . . . .	174
Кто оказывает помощь при отравлениях? . . . . .	174
Что можно предпринять в случае отравления . . . . .	176
Наиболее распространенные виды отравлений. . . . .	183

<b>9</b>	<b>Укусы ос, пчел, комаров и клещей</b> .....	202
	Укусы ос и пчел .....	204
	Что делать при укусе клеща .....	209
<b>10</b>	<b>Боли в животе</b> .....	216
	Причины острых болей в животе .....	218
<b>11</b>	<b>Повреждения глаз</b> .....	225
	Инородные тела в глазу .....	227
	Повреждения глаз .....	229
<b>12</b>	<b>Жар у детей</b> .....	231
	Что необходимо принимать во внимание при возникновении жара .....	233
	Методы снижения температуры .....	238
	Фебрильные судороги .....	239
<b>13</b>	<b>Гомеопатия при оказании первой помощи</b> .....	242
	Введение в гомеопатию .....	245
	Что поможет в экстренной ситуации? .....	253
<b>14</b>	<b>Правильная профилактика</b> .....	262
	Дети еще многого не умеют .....	264
	Профилактические меры и вспомогательные средства .....	267
<b>15</b>	<b>Домашняя аптечка</b> .....	282
<b>16</b>	<b>Краткие инструкции</b> .....	286
	<b>Алфавитный указатель</b> .....	308
	<b>Телефоны экстренных служб</b> .....	317

# Экстренные случаи по симптомам

## **Затрудненное дыхание:**

Аллергия .....	74
Астма .....	72
Гипервентиляция .....	69
Ложный круп .....	63
Попадание инородных тел в дыхательные пути .....	50
Укусы ос и пчел .....	69
Эпиглоттит .....	67

## **Отсутствует реакция на речь:**

Обморок .....	33
Остановка дыхания .....	34
Остановка кровообращения .....	38
Поражение электрическим током .....	115
Потеря сознания .....	24
Утопление .....	119

## **Головные боли:**

Воспаление мозговых оболочек .....	213
Жар .....	231
Отравление .....	173
Падение .....	107
Солнечный удар .....	82

## **Боли в животе:**

Аппендицит .....	218
Инвагинация кишечника .....	220
Инфекционное заболевание/жар .....	231
Отравление .....	173

Падение. ....	107
Проглоченное инородное тело. ....	58
Психологические причины. ....	224
Пупочные колики. ....	220
Травма живота. ....	105
<b>Болезненные ощущения на коже:</b>	
Заноза. ....	136
Укус насекомого. ....	203
<b>Зуд на коже:</b>	
Солнечный ожог. ....	81
Укус клеща. ....	209
<b>Покраснение кожи:</b>	
Воспаление лимфатического русла (заражение крови). . .	147
Контакт с раздражающими кожу растениями. ....	176
Ожог. ....	155
Поражение электрическим током. ....	115
Укус клеща (болезнь Лайма). ....	212
<b>Бледная кожа:</b>	
Испуг. ....	154
Шок. ....	153
<b>Кровотечение из уха:</b>	
Перелом основания черепа. ....	110
<b>Односторонний насморк:</b>	
Инородное тело в носу. ....	61