ЧПОУ «СККИТ»

Первая доврачебная помощь при несчастных случаях и экстремальных ситуациях

Первые минуты решают исход: осваиваем универсальный алгоритм действий до приезда скорой помощи — от оценки обстановки до передачи пострадавшего медикам.

Почему счёт идёт на минуты: цена промедления



Немедленная СЛР очевидца удваивает-утраивает шансы на выживание; промедление в минуту отнимает до 10% шансов.

НОРМАТИВНАЯ БАЗА

Что изменилось к 2026 году

§ 220н

Приказ Минздрава России

Порядок оказания первой помощи; перечень мероприятий и их последовательность. Вступил в силу с 01.09.2024

§ 262н

Состав аптечки

Обязательная комплектация аптечки первой помощи; требования к размещению и учёту

§ Обучение

Требования к работникам

Обучение первой помощи по новым правилам 2026 года: кто и как обучается

§ Ответственность

Неоказание помощи

Меры ответственности за неоказание первой помощи пострадавшему

Приказ Минздрава России № 220н от 03.05.2024; Приказ № 262н

АЛГОРИТМ ДЕЙСТВИЙ

Универсальный алгоритм первой помощи: 7 шагов

1

Оценка обстановки и безопасности

Убедитесь, что ни вам, ни пострадавшему ничего не угрожает: транспорт, огонь, электричество, обрушение. При необходимости используйте перчатки из аптечки.

2

Проверка сознания и вызов скорой

Аккуратно окликните и потормошите пострадавшего. Нет реакции — немедленно звоните 103 или 112, громко называйте адрес и что случилось.

3

Проверка дыхания и положение на боку

Запрокиньте голову, выдвиньте подбородок, оцените дыхание 10 секунд. Дышит — поверните на бок в устойчивое положение и контролируйте состояние.

4

СЛР и передача медикам

Нет дыхания — 30 компрессий грудной клетки и 2 вдоха, продолжайте до приезда скорой. Передайте медикам, что и когда вы делали.

МЧС России, Универсальный алгоритм оказания первой помощи; Приказ Минздрава России № 220н от 03.05.2024



БЕЗОПАСНОСТЬ СПАСАТЕЛЯ

Оценка обстановки: сначала обезопась себя — потом помогай

Прежде чем подойти к пострадавшему, осмотритесь: ДТП, огонь, оборванный провод, обрушение, химическое заражение — каждая из этих угроз делает спасателя следующим пострадавшим. Обесточьте линию, наденьте перчатки из аптечки, выставьте аварийный знак — и только тогда действуйте.

- Правило трёх шагов: осмотреться → обезопасить → действовать. Спасатель без перчаток и без оценки обстановки — потенциальная вторая жертва.

АЛГОРИТМ

Проверка сознания и дыхания: первые 10 секунд

Шаг 1 — СЕЙЧАС

Окликнуть пострадавшего громко, по имени

лёгкое встряхивание за плечи — проверить реакцию

Шаг 2 — СЕЙЧАС

Нет реакции — запрокинуть голову, выдвинуть подбородок, обеспечить проходимость дыхательных путей

Шаг 3 — СЕЙЧАС

«Слышу — вижу — ощущаю»: наклониться к лицу, слушать дыхание, смотреть на грудную клетку, ощущать выдох — 10 секунд

Важно — ПЛАН

Не тратить время на поиск пульса на запястье — это ненадёжно и отнимает драгоценные секунды

ориентир — дыхание

ВЫЗОВ ПОМОЩИ

Вызов скорой: что сообщить диспетчеру

Чек-лист звонка 103/112: говорите чётко и коротко — от этого зависит, как быстро приедет бригада.

- **Точный адрес и ориентиры: улица, дом, подъезд, этаж, код домофона**
- **Что случилось: ДТП, падение, ожог, потеря сознания, кровотечение**
- **Сколько пострадавших и их состояние: в сознании ли, дышат ли**
- **Кто вы и ваш телефон: имя, номер для связи, оставайтесь на линии**
- **Не отключайтесь первым: диспетчер даст инструкции по СЛР**

Источник: МЧС России, универсальный алгоритм оказания первой помощи; Минздрав России, Порядок оказания первой помощи (приказ № 220н от 03.05.2024)

АЛГОРИТМ СЛР

Сердечно-лёгочная реанимация: 30:2 без остановки

Компрессии — в центре грудной клетки, глубина 5–6 см, частота 100–120 в минуту. Соотношение 30 компрессий : 2 вдоха. Продолжать до приезда скорой или появления признаков жизни.

- Каждая минута без компрессий снижает шанс выживания на 7–10%



Источник: Минздрав России, Порядок оказания первой помощи (Приказ № 220н); МЧС России, универсальный алгоритм

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ · КРОВОТЕЧЕНИЯ

Остановка кровотечения: прямое давление и жгут

ОЦЕНИТЕ КРОВОТЕЧЕНИЕ

Артериальное: алая кровь, пульсирующая струя, быстро пропитывает одежду

Венозное: тёмная кровь, вытекает ровно, без пульсации

Капительное: кровь сочится по всей поверхности раны

ПРЯМОЕ ДАВЛЕНИЕ

Прижмите стерильную салфетку к ране и давите ладонью 10–15 минут

Не убирайте пропитанную салфетку — накройте сверху новой

При возможности приподнимите повреждённую конечность

ЖГУТ — ТОЛЬКО ПРИ АРТЕРИАЛЬНОМ

Наложите выше раны, не на сустав и не на голое тело

Зафиксируйте точное время наложения

Лето — не более 60 минут, зима — не более 30 минут

Немедленно вызовите 103/112

Приказ Минздрава России от 03.05.2024 № 220н; МЧС России, универсальный алгоритм оказания первой помощи

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ · ТРАВМЫ

Травмы, переломы, ожоги: что можно и что нельзя

МИФ

«Масло или крем на ожог», «греть ушиб», «вправить перелом» — так делают «по-народному», чтобы быстрее зажило.

ФАКТ

Ожог охлаждают только водой и накрывают сухой чистой салфеткой, при переломе — иммобилизация, вправлять и снимать прилипшую одежду нельзя.

Источник: Порядок оказания первой помощи, Приказ Минздрава России № 220н от 03.05.2024; рекомендации МЧС России

Источник: Приказ Минздрава России № 220н от 03.05.2024; МЧС России, 2026

ЭКСТРЕМАЛЬНЫЕ СИТУАЦИИ

Массовые поражения и ЧС: сортировка и распределение ролей

01

Сначала — дыхание

Проверяем проходимость дыхательных путей и наличие дыхания. Отсутствие дыхания — высший приоритет, немедленно начинаем СЛР.

02

Затем — кровотечение

Останавливаем массивное наружное кровотечение жгутом или давящей повязкой. Артериальное кровотечение убивает за минуты.

03

Потом — сознание

Оцениваем сознание, придаём устойчивое боковое положение, защищаем от переохлаждения и продолжаем наблюдение.

04

Работа в паре и роли

Распределяем роли: кто сортирует, кто вызывает 103/112, кто держит аптечку и фиксирует время наложения жгута.

05

Психологическая поддержка

Говорим с пострадавшими спокойно и уверенно, объясняем действия — это снижает панику и помогает удержать контроль.

06

Отличие от бытового случая

Дефицит ресурсов и времени: помощь оказывают по приоритету, а не по порядку обращения, и постоянно переоценивают состояние.

АПТЕЧКА ПЕРВОЙ ПОМОЩИ

Обязательный состав аптечки по Приказу 262н

Жгут и бинты

Остановка кровотечения, фиксация повязок

Салфетки и пластырь

Обработка и закрытие ран

Перчатки и маска для ИВЛ

Защита спасателя и пострадавшего

Ножницы и термоодеяло

Освобождение от одежды, защита от переохлаждения

Журнал учёта и сроки

Проверка комплектности и годности

Аптечка хранится в доступном месте; сроки годности проверяются регулярно с отметкой в журнале учёта.

Приказ Минздрава России № 262н, 2026

ОШИБКИ И ОТВЕТСТВЕННОСТЬ

Типичные ошибки очевидца и границы ответственности

- **Не проверяют дыхание** Без оценки дыхания невозможно понять, нужна ли сердечно-лёгочная реанимация, — теряются решающие минуты.
- **Боятся навредить и бездействуют** Страх ошибки парализует: пострадавший не получает даже простейшей помощи, а время работает против него.
- **Дают таблетки и поят** Лекарства и вода без назначения врача опасны — при потере сознания это прямой риск асфиксии.
- **Перемещают без необходимости** Лишнее перемещение при травме позвоночника или переломе усугубляет повреждения — двигать можно только при прямой угрозе.
- **Ст. 124 УК РФ — оставление в опасности** Заведомое оставление без помощи лица в опасном для жизни состоянии наказывается вплоть до лишения свободы.
- **Ст. 125 УК РФ — границы для очевидца** Ответственность наступает, если была реальная возможность помочь и человек сознательно ею не воспользовался.

Источник: УК РФ, ст. 124 и 125; рекомендации Минздрава и МЧС России по первой помощи

ПАМЯТКА

Алгоритм первой помощи на одну страницу

01

1. Оцените обстановку

Убедитесь, что вам и пострадавшему ничего не угрожает. Не приближайтесь к источнику опасности.

02

2. Проверьте сознание и дыхание

Окликните, потормошите. Нет дыхания — начинайте СЛР: 30 компрессий на 2 вдоха.

03

3. Вызовите 103 или 112

Назовите адрес, что случилось, число пострадавших, своё имя. Не отключайтесь первым.

04

4. Остановите кровотечение

Прямое давление, давящая повязка. Жгут — только при сильном артериальном кровотечении, не более 60 минут.

05

5. Обеспечьте доступ воздуха

Расстегните воротник и ремень, при необходимости придайте устойчивое боковое положение.

06

6. Обработайте травмы

Ожог — охлаждайте водой 20 минут, не вскрывайте пузыри. Рану накройте чистой салфеткой.

МЧС России, универсальный алгоритм; Приказ Минздрава № 220н от 03.05.2024

ФИНАЛ

Спасибо! Ваши руки спасают жизни

Пройдите курс первой помощи — навык, который спасает жизнь до приезда скорой. Запишитесь на обучение и сохраните памятку по QR-коду.